

### Ressourcen - Merkmale, Theorien und Konzeptionen im Überblick: eine Übersicht über Ressourcenansätze in Soziologie, Psychologie und Sozialpolitik

Schubert, Franz-Christian; Knecht, Alban

Postprint / Postprint

Arbeitspapier / working paper

#### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Schubert, F.-C., & Knecht, A. (2015). *Ressourcen - Merkmale, Theorien und Konzeptionen im Überblick: eine Übersicht über Ressourcenansätze in Soziologie, Psychologie und Sozialpolitik.* <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30527.71849>

#### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer CC BY-NC-ND Lizenz (Namensnennung-Nicht-kommerziell-Keine Bearbeitung) zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den CC-Lizenzen finden Sie hier: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de>

#### Terms of use:

This document is made available under a CC BY-NC-ND Licence (Attribution-Non Commercial-NoDerivatives). For more information see: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>

# Ressourcen – Merkmale, Theorien und Konzeptionen im Überblick

Von Franz-Christian Schubert und Alban Knecht

Januar 2015

Diese Einführung in den Ressourcenbegriff stellt eine überarbeitete und erweiterte Fassung des Artikels *Ressourcen – Einführung in Merkmale, Theorien und Konzeptionen* dar, der im Juni 2012 in dem Sammelband *Ressourcen im Sozialstaat und in der Sozialen Arbeit. Aktivierung – Förderung – Zuteilung* im Kohlhammer Verlag, S. 15–41, erschienen ist. In dem Sammelband befinden sich viele weitere Artikel zu Ressourcentheorie und Ressourcenorientierung.

## Inhalt

<b>1. Begriff und Kennzeichen von Ressourcen</b> .....	<b>1</b>
Ressourcenbegriff .....	1
Merkmale von Ressourcen .....	3
Subjektive und „objektive“ Ressourcen.....	5
Ressourcenwahrnehmung und Ressourcenaktivierung .....	6
Potenzielle und aktivierte Ressourcen.....	7
<b>2. Ressourcentaxonomie</b> .....	<b>7</b>
<b>3. Ressourcenmodelle bzw. Ressourcentheorien im Überblick</b> .....	<b>10</b>
Theorie der Ressourcenerhaltung nach Hobfoll.....	10
Ressourcen(austausch)theorie nach Foa und Foa .....	15
Systemisches Anforderungs-Ressourcen-Modell (SAR-Modell) nach Becker.....	18
Die Theorie der Kapitalarten nach Bourdieu.....	21
Ressourcentheorie nach Knecht.....	22
<b>4. Zusammenfassender Vergleich der Ressourcentheorien</b> .....	<b>23</b>
<b>Literatur</b> .....	<b>26</b>

## 1. Begriff und Kennzeichen von Ressourcen

### Ressourcenbegriff

Der Begriff „Ressource“ ist vieldeutig und seine Geschichte weist darauf hin, dass das seit langem so ist. Das aus dem Lateinischen abgeleitete Wort bezeichnete ursprünglich die Wiederherstellung eines Zustandes, das Wieder-Aufrichten, das Sich-Erheben. Im Französischen stand das Wort Ressource für hilfreiche Mittel und Möglichkeiten, für dienliche psychische und physische Fähigkeiten oder schlicht für Hilfe (Robert, 1986). Im Deutsch des 19. Jahrhunderts bezeichnete „Ressource“ bürgerliche Unterhaltungs- und Erholungsvereine (Pfeiffer, 1989; Wendt, 2010; vgl. Graf, 1868). Seit Mitte der 1970er Jahre erlangt der Begriff mit seiner heutigen Bedeutung Popularität. Das zunehmende Bewusstsein über ökologische Krisen und die damit einhergehende mediale Präsenz und politische Aktivitäten, begünstigten eine rasche Übernahme des Begriffes in den alltäglichen Sprachgebrauch, wo der Begriff zuerst Hilfsmittel und Rohstoff bedeutete und auf nicht erneuerbare Energieträger bezogen. In Rahmen des neuen Bewusstseins fanden ande-

rerseits auch die interdisziplinär entwickelten human- und sozialökologischen Denkansätze breite Akzeptanz und brachten neue wissenschaftliche Impulse und Anschlüsse. So wurden die Lebens- und Erlebnisweisen des Menschen als Ausdruck von komplexen Wechselwirkungen mit seiner sozialen, gesellschaftlichen und materiellen Umwelt und den darin enthaltenen Belastungen und Ressourcen verstanden (vgl. Schubert, 2013; Wendt, 2010). Dementsprechend verfügen die Ansätze über einen weit gefassten Ressourcenbegriff, der in verschiedenen Einzeldisziplinen bis heute noch keine Selbstverständlichkeit ist. Zum Beispiel werden im Bereich der Volkswirtschaftslehre mit dem Ressourcenbegriff auch heute noch primär materielle Güter bezeichnet, wohingegen die Soziologie den Begriff auf soziale und sozialökologische Merkmale und die Psychologie schließlich auf personale oder psychische Merkmale erweitert hat. In der Sozialen Arbeit dient der Begriff auch dazu die Gleichwertigkeit von materiellen und immateriellen Hilfsmitteln zu betonen (z. B. Bündler, 2001).

In den Anfängen seiner Popularität war der Begriff Ressource in den sozialwissenschaftlichen Handlungsfeldern sehr vage und unbestimmt. Treffend formuliert das Nestmann (1996, 362): „Letztlich alles was von einer bestimmten Person in einer bestimmten Situation wertgeschätzt und / oder als hilfreich erlebt wird, kann als eine Ressource betrachtet werden.“ Inzwischen hat vor allem die Psychologie auf der Mikroebene eine relativ differenzierte Ausarbeitung zum Gegenstand Ressourcen vorgenommen, insbesondere in den psychologischen Ressourcentheorien von Foa und Foa (1976; 1980; Foa et al., 1993) und von Hobfoll (1988; 1989; 1998). In diesem Beitrag werden sie um den Ansatz von Becker (1998; 2006) erweitert. Im deutschsprachigen Raum wurde aus psychologischer Perspektive mit dem Sammelband von Schaller und Schemmel (Schaller und Schemmel, 2013, Schemmel & Schaller, 2003) eine weitere Ausgangsbasis zum Verständnis von Ressourcen und zur Handhabung in Beratung und Therapie geschaffen.

Um sich einem wissenschaftlich fundierten Verständnis von Ressourcen zu nähern sind verschiedenen Zugangsweisen möglich, wovon einige in dem von den Autoren dieses Beitrags herausgegebenen Sammelbandes „Ressourcen im Sozialstaat und in der Sozialen Arbeit. Zuteilung – Förderung – Aktivierung“ (Knecht & Schubert, 2012) vorgestellt wurden. Die gewählte psychosoziale Zugangsweise besteht darin, die Aufgaben und Funktionen von Ressourcen in der Lebensführung des Menschen zu betrachten. Allgemein formuliert beruht eine gelingende Lebensführung auf einer erfolgreichen Bewältigung von Lebensanforderungen, die sich aus den biopsychosozialen Lebensbedingungen ergeben. Darunter sind zwischenmenschliche, gesellschaftliche und physikalisch-umweltliche Anforderungen zu verstehen, wie auch Anforderungen, die sich aus den biologischen, psychischen und sozialen Bedürfnissen des Menschen und aus den vom Menschen selbst entwickelten Zielsetzungen ergeben. Zur Bewältigung dieser verschiedenen Anforderungen ist der Mensch auf Mittel, Eigenschaften und Gegebenheiten, d. h. auf Ressourcen angewiesen, die von anderen Menschen (zwischenmenschliche Hilfeleistungen) oder der Umwelt (z. B. staatliche Institutionen, Kultur, Technik, Natur) zur Verfügung gestellt oder vom Individuum selbst (persönliche Ressourcen) entwickelt werden (vgl. auch Becker, 2006; Feger & Auhagen, 1987). Ressourcen sind somit personale, soziale und materielle Gegebenheiten, Objekte, Mittel, und Merkmale, die das Individuum nutzen kann, um die externen und internen Lebensanforderungen und Zielsetzungen zu bewältigen. In ähnlicher Weise formuliert Willutzki (2003, 91; 2008, 254) „... dass Ressourcen für die Bewältigung alltäglicher und besonderer Anforderungen bzw. Lebensaufgaben von zentraler Bedeutung sind und somit letztlich unsere psychische und physischen Gesundheit sowie unser Wohlbefinden von ihrer Verfügbarkeit und ihrem Einsatz abhängig sind.“ In den Vordergrund gerückt wird hier die Gesundheit des Menschen, eine Perspektive, die in der psychologischen Ressourcenforschung stark vertreten ist. Vorwie-

gend auf die Entwicklung des Individuums ausgerichtet, betrachten auch Brandtstädter, Meininger & Gräser (2003) Ressourcen als Hilfen zur Bewältigung von Lebensaufgaben. Sie definieren Ressourcen als „Merkmale oder Attribute, welche über die Lebensspanne hinweg die Bewältigung von Entwicklungsaufgaben, kritischen Lebensereignissen oder belastenden Entwicklungsübergängen erleichtern oder zu einer positiven Bilanz von Entwicklungsgewinnen und -verlusten beitragen“ (ebd., 49f.). Zusammenfassend kann folgende *Definition* gegeben werden: Ressourcen sind positive personale, soziale und materielle Gegebenheiten, Objekte, Mittel, Merkmale bzw. Eigenschaften, die Personen nutzen können, um alltägliche oder spezifische Lebensanforderungen wie auch psychosoziale Entwicklungsaufgaben zu bewältigen, um psychische wie physische Bedürfnisse und eigene Wünsche zu erfüllen, Lebensziele zu verfolgen und letztlich Gesundheit und Wohlbefinden zu erhalten bzw. wieder herzustellen.

Ob bestimmte Gegebenheiten, Objekte, Mittel, Merkmale in einer allgemein gültigen bzw. „objektiven“ Weise für alle Menschen als Ressourcen dienen, oder nur unter spezifischen Aspekten ihre Funktion als Ressource erfüllen, wird von den beteiligten wissenschaftlichen Disziplinen unterschiedlich diskutiert. Die psychologische Betrachtungsweise rückt die Subjektivität von Ressourcen in den Fokus, wenn es um die Merkmale zur Bestimmung von Ressourcen geht. In nachhaltiger Weise wird von psychologischer Seite aber auch die Frage verfolgt, ob und unter welchen Bedingungen sich generelle, d. h. überindividuell gültige („objektive“) Ressourcen verifizieren lassen, beispielsweise in der Person oder im sozialen Umfeld. Wissenschaften wiederum, die ökonomische, soziale und sozialpolitische Bedingungen, Strukturen und Austauschprozesse zum Gegenstand haben, verfolgen Ressourcen unter ihren wissenschaftlichen Perspektiven wiederum (zumeist) als objektive Gegebenheiten. Diese Unterschiedlichkeit im wissenschaftlichen Verständnis von Ressourcen wird weiter unten bei der Darstellung verschiedener Ressourcentheorien und im vergleichenden Diskurs dieser Theorien deutlich.

Was als Ressourcen dienen kann, ist unter der Subjekt-Perspektive von verschiedenen individuellen Bedingungen und Merkmalen abhängig, die auch von gruppenspezifischen und kulturellen Einflüssen geprägt sind. Damit ist vor allem die Einschätzung gemeint, ob bestimmte Objekte, Mittel, Merkmale geeignet sind, um spezifische individuelle Bedürfnisse, Interessen und Ziele oder von außen an das Individuum herangetragene Aufgaben und Anforderungen zu erfüllen. Erst wenn sie als geeignet erfasst werden, werden solche Gegebenheiten zu Ressourcen. Vorher sind sie lediglich als Potenziale zu betrachten. In ausführlicher Weise haben Willutzki (2003, 94f.), zum Teil auch Schiepek und Cremers (2003, 152f.) konzeptionelle Grundlagen zur Bestimmung von Ressourcenmerkmalen erörtert. Dabei ergeben sich folgende Merkmale:

## Merkmale von Ressourcen

**1. Funktionalität und Aufgabenabhängigkeit:** Ressourcen dienen dazu, bestimmbare Zwecke (Ziele, Zustände) zu erreichen, ihr Nutzen erweist sich erst anhand ihrer Zweckdienlichkeit. Objekte, Mittel, Merkmale / Eigenschaften und Gegebenheiten werden erst zu Ressourcen, wenn sie aufgrund der Einschätzung der Person für die angestrebten Ziele, bzw. als Lösung zu den anstehenden Aufgaben, Anforderungen und Zielsetzungen passen und nützlich sind – und darüber hinaus auch dem emotional-kognitiven Bewertungssystem der Person entsprechen. Die Einschätzung erfolgt nicht allein durch den Ressourcennutzer, auch sozial relevante Personen (z. B. Ehepartner, Freund, Pädagoge, Berater, Therapeut) können dazu beitragen, vorhandene Potenziale als für eine Anforderungsbewältigung dienlich zu erkennen.

Eine Übersicht zu möglichen allgemeinen Funktionen von Ressourcen bringt Klemenz (2009): Sie können dazu dienen, persönliche Ziele oder Wohlbefinden zu erreichen (Diener & Fuijta, 1995), andere Ressourcen zu erhalten oder zu erweitern (Hobfoll, 1998, vgl. unten), Ressourcen gegen andere Ressourcen zu tauschen (Foa et al., 1993, vgl. unten) oder zur Befriedigung der persönlichen physischen und psychischen Grundbedürfnisse eingesetzt werden (Grawe, 1998; Smith & Grawe, 2003). Spezifische Zwecke erfordern häufig bestimmte Ressourcen, wobei manche Ressourcen (z. B. Geld, Intelligenz, Informiertheit, soziale Unterstützung u. a.) auch mehrere bzw. unterschiedliche Zwecke oder Bedürfnisse gleichzeitig erfüllen können (zur „Mehrfachbestimmtheit von Ressourcen“ vgl. Klemenz, 2009).

**2. Relationale Funktionalität:** Eine einfache Beziehung zwischen Ressource und Zweck wird der Funktion von Ressourcen nicht gerecht. Schiepek und Cremers (2003, 152) formulieren eine mindestens dreistellige Mittel-Zweck-Relation von Ressourcen: „Ein Objekt (X) kann in Relation zu einem Ziel (Z) von einem Beurteiler bzw. dessen Wertesystem (B) als Ressource bezeichnet werden:  $R(X) = f(Z, B)$ . Die Bezeichnung eines „Objektes“ als Ressource ist eine Funktion von Z und B, wobei alle Instanzen dieser Relation als zeitlich veränderbar zu gelten haben.“ Beurteiler kann der Ressourcennutzer selbst sein oder eine relevante andere Person (siehe oben). Zudem sind die Zweckbestimmtheit und Zielführung von Ressourcen auch abhängig „vom persönlichen Stil und den Strategien, die man hierfür einsetzt“ (ebd., 152). Auch vom Umfeld zunächst negativ bewertete Aspekte können sich funktional als Ressourcen erweisen (Willutzki, 2008, 257), z. B. kann sich ein „Problemverhalten“ als ein individueller Problemlösungsversuch herausstellen.

**3. Bewertung und Sinnzuschreibung:** Die Einschätzung von Person- und Umweltpotenzialen hinsichtlich ihrer Zweckdienlichkeit als Ressourcen ist stark von individuellen Faktoren abhängig: Je nach Einschätzung der Potenziale, der aktuellen Stimmung, dem Wertesystem, der Sinnzuschreibung und den aktuellen oder längerfristigen Zielen wird eine Person in unterschiedlicher Weise in der Lage sein, Ressourcen wahrzunehmen und aufzugreifen (Foa & Foa, 1976; Foa et al., 1993; Feger & Auhagen, 1987; Gutscher, Hornung & Flury-Kleubler, 1998). „Ressourcen müssen ... als solche erkannt und bewertet werden“ (Schiepek & Cremers, 2003, 152). Zudem können interindividuell völlig verschiedene Vorstellungen existieren, was eine Ressource und was eine Belastung ist (Willutzki, 2003, 96, 99; dort weitere Literaturangaben).

**4. Stabilität und Variabilität von Ressourcen:** Willutzki (2008) führt noch weitere Differenzierungen, z. B. im Hinblick auf zeitliche und situative Variabilität und Stabilität von Ressourcen auf. Zeitlich stabil sind Ressourcen, wenn sie langfristig zugänglich sind (z. B. soziokulturelle Güter und Gruppen, u. U. auch Partnerschafts- und Freundschaftsbeziehungen und personale Ressourcen, wie z. B. Selbstbewusstsein, Selbstwirksamkeitsüberzeugung u. a.). Davon zu unterscheiden sind passagere Ressourcenerlebnisse, wie erfreuliche Alltagsergebnisse oder auch vorübergehende Formen sozialer Unterstützung. Die situative Spezifität von Ressourcen unterscheidet Klemenz (2009) etwas ausführlicher danach, ob Ressourcen situationsübergreifend oder situations- bzw. bereichsspezifisch wirken (z. B. spezielle fachspezifische oder sportliche Fähigkeit).

**5. Alters- und geschlechtsspezifische Funktionen:** Im Verlauf der menschlichen Lebensspanne und der geschlechtsspezifischen Entwicklung verändern Ressourcen ihre individuelle Bedeutung und Funktion und entwickeln sich auch in unterschiedlicher Weise weiter. Manche Ressourcen erweisen sich als spezifisch vorteilhaft in einzelnen Entwicklungsstadien (z. B. im Kindes-, mittleren und höheren Erwachsenenalter), zudem werden auch unterschiedliche Ressourcen eingesetzt, um die jeweils alterstypischen und geschlechtstypischen Entwicklungsaufgaben

zu bewältigen (Brandtstädter, Meiniger & Gräser, 2003; Petermann & Schmidt, 2006). Das hat Bedeutung für eine alters- und geschlechtsspezifische Ressourcenförderung durch Sozialisations- und Bildungsprozesse über die gesamte Lebensspanne, auch im höheren Erwachsenenalter (z. B. Foa et al., 1993, Fengler & Fengler, 2012; Jasmund & Krus; 2012; Schubert I., 2012).

## Subjektive und „objektive“ Ressourcen

Mit den dargestellten Ressourcenmerkmalen kommt zum Ausdruck, dass Objekte, Mittel und Merkmale nicht „an sich“ schon Ressourcen „sind“, sondern zunächst als mögliche Potenziale für Ressourcen betrachtet werden müssen; d. h. (psychosoziale) Ressourcen „an sich“ bestehen nicht (vgl. Brandtstädter, Meiniger & Gräser, 2003; Foa & Foa, 1976; Feger & Auhagen, 1987; Schiepek & Cremers, 2003; Willutzki, 2003). Gutscher, Hornung & Flury-Kleubler (1998) formulieren im Rahmen ihres Transaktionspotenzialmodells deutlich, dass die in der Euphorie der Ressourcenorientierung häufig anzutreffende Übergeneralisierung von Potenzialen als „Ressourcen“ problematisch und nicht zweckdienlich ist. Erst der Bezug auf den Kontext, d. h. auf die konkrete Situation und Aufgabenkonstellation, auf die Wahrnehmung, Motive und Zielsetzung der Person macht es möglich, Potenziale als Ressource zu bestimmen. Ressourcen werden somit unter den Aspekten der Aufgabenabhängigkeit, Funktionalität, der Sinnzuschreibung und zudem in Abhängigkeit von Situation, sozialem und kulturellem Kontext und vom Sozialisationsprozess bzw. von Zeit und Entwicklungsphase definiert (vgl. ähnlich bei Feger & Auhagen, 1987; Foa & Foa, 1976; Hobfoll, 1988).

Mit der vorgestellten Subjektivität und Kontextabhängigkeit von psychosozialen Ressourcenmerkmalen taucht zwangsläufig die Frage auf, ob es überhaupt generelle, überindividuell gültige („objektive“) Ressourcen geben kann, die für jede Person relevant und hilfreich sind (nicht betrachtet werden hier die physiologischen Basisressourcen, wie Sauerstoff, Flüssigkeit usw.). Unser Alltagswissen kann allerdings eine Vielzahl von Ressourcen benennen, die als generell wirksam gelten, z. B. materielle Mittel (Geld, Einkommen, Wohnraum), hilfreiche psychische Eigenschaften und soziale Beziehungen, um nur einige anzuführen.

Jerusalem (1990) hat im Rahmen stresspsychologischer Forschungen Kriterien entwickelt, um zwischen subjektiven und objektiven Ressourcen zu unterscheiden. Bei *subjektiven Ressourcen* steht die Wahrnehmung und Bewertung der jeweiligen Person im Vordergrund, d. h. die Potenziale werden von ihr selbst wahrgenommen und positiv eingeschätzt. Unter Bezugnahme auf seine Kriterien beschreibt Willutzki (2003, 97) *objektive Ressourcen* als „Merkmale der Situation oder der Person, die von vielen (bis allen) Beurteilern als positiv beurteilt werden“. Mit dieser Formulierung wird der Anspruch an eine „Objektivität“ von Ressourcen erheblich relativiert. Im Wesentlichen handelt es sich um vielfach geteilte Einschätzungen von Beobachtern und relevanten Partnern (vgl. auch Schiepek & Cremers, 2003), bzw. um allgemein gültiges Erfahrungswissen über Personen- oder Umweltmerkmale bzw. über Potenziale, die generell als hilfreich und zielführend für die Bewältigung von persönlichen oder externen Anforderungen aufgefasst werden (vgl. auch Foa & Foa, 1976). Allerdings besteht Wirksamkeit auch dann, wenn sie von den beteiligten Personen und Beobachtern nicht unmittelbar erkannt wird, wie das beispielsweise von psychischen Schutzfaktoren bekannt ist (vgl. Schubert, F.-C., 2012). Zudem gibt es in jeder Gesellschaft und Kultur Ressourcen, die Individuum übergreifend geschätzt und als bedeutsam für die Lebensführung und die Existenzsicherung oder als wertvoll für einen gegenseitigen Austausch von Ressourcen angesehen werden. Das legt nahe, den Begriff „objektive“ Ressourcen zu vermeiden, da „Objektivität“ in einem wissenschaftlich zumeist spezifisch besetzten Sinn ge-

braucht wird, und ihn durch „generell wirksame“ oder „überindividuell wirksame Ressourcen“ zu ersetzen, wobei deren Wirksamkeit auch nur dann anzunehmen ist, wenn die Potenziale erkannt und genutzt werden (vgl. dazu weiter unten „Ressourcenaustausch“).

## Ressourcenwahrnehmung und Ressourcenaktivierung

Anhand zahlreicher Quellen diskutiert Willutzki (2003, 96f.), dass zwischen der individuellen Wahrnehmung von Ressourcen und den von außen wahrgenommenen Potentialen häufig deutliche Differenzen bestehen. Entscheidend für den Handlungsspielraum des Individuums sei die subjektive Wahrnehmung bzw. Einschätzung von Ressourcen: ihre Vertrautheit, ihre eingeschätzte Bedeutung und Wirksamkeit für die eigenen kurz- oder längerfristigen Ziele und die Übereinstimmung mit den eigenen Werten und Überzeugungen. Insbesondere im Hinblick auf die Wahrnehmung von Personenressourcen und von Möglichkeiten sozialer Unterstützung ergeben sich empirisch nur geringfügige Übereinstimmungen zwischen der Ressourcenperspektive von Beobachtern und den subjektiv eingeschätzten Ressourcen. Eine unzureichende individuelle Ressourcenwahrnehmung hat beispielsweise Auswirkungen auf die persönliche Nutzung und Handhabung von Umweltressourcen, auf die individuelle Einschätzung persönlicher Kompetenzen und auf den erlebten Selbstwert. Foa & Foa (1976) und Hobfoll (1988) haben sich ausführlich mit der Entwicklung der Ressourcenwahrnehmung und Ressourcenbewertung im Laufe des Sozialisationsprozesses und unter dem Einfluss unterschiedlicher sozialer und kultureller Umfelder befasst (vgl. unten).

Die ressourcenorientierte professionelle Arbeit (Förderung, psychosoziale Beratung, Psychotherapie) widmet sich dem Abbau dieser Wahrnehmungsdiskrepanz. Betroffene Personen werden angeleitet (z. B. von Erzieherinnen, Beraterinnen u. a.), vorhandene Person- und Umweltpotenziale sensibel wahrzunehmen (Ressourcenwahrnehmung), sie zu entwickeln und als Ressourcen für die Erreichung von Zielen bzw. für die Bewältigung von Anforderungen einzusetzen (Ressourcenaktivierung) (vgl. z. B. Werner & Nestmann, 2012; Wüsten & Schmid, 2012; Flückiger & Wüsten, 2008; Herriger, 2006). Damit sind die beiden Hauptfunktionen von Ressourcenaktivierung nach Smith und Grawe (2003, 115) benannt: die Förderung von vorhandenen Potenzialen und die Förderung von neuen oder solchen Erfahrungen, die die bisherige eingeschränkte Ressourcenerfahrungen korrigieren. Beide tragen zur Erreichung von Zielen bei (z. B. Aufgabenbewältigung, Stärkung des individuellen Selbstwertes u. a.). Jedoch reichen verbale Hinweise oder Gespräche alleine zumeist nicht aus, um die individuelle Ressourcenwahrnehmung zu erweitern und um Ressourcen zu aktivieren.

Entscheidend ist, dass die Betroffenen ihre Ressourcen nicht nur erkennen, sondern mit ihnen auch konkret arbeiten. Erst über den aktiven Einsatz von Ressourcen können sie diese ganz persönlich erfahren und verfestigen. Das ist besonders dort möglich, wo Ressourcen emotional bedeutsam sind, bzw. für konkrete Lebensziele gebraucht werden (Schiepek & Cremers, 2003, 183). Mit einer erfolgreichen Ressourcenwahrnehmung und -aktivierung geht bei den Betroffenen eine Stärkung des Selbstvertrauens und des Vertrauens in die eigenen Stärken und Fähigkeiten, generell in die eigene Wirksamkeit einher. Gemäß dem konsistenztheoretischen Ansatz nach Grawe (1998, 2004) führt erfolgreiche Ressourcenaktivierung zu einem Wirkmechanismus, der „die

Kraft für längerfristige Veränderungen liefert“ und von einer „Verbesserung des Wohlbefindens“ und des Selbstwertes begleitet wird (Smith & Grawe, 2003, 115; Klemenz, 2012).<sup>1</sup>

## Potenzielle und aktivierte Ressourcen

Diese Forschungen und Praxisverfahren legen nahe, zwischen potenziellen und aktivierten Ressourcen zu unterscheiden. Unter *potenziellen Ressourcen* können alle Gegebenheiten, Objekte, Mittel und Merkmale / Eigenschaften einer Person und der sozialen, gesellschaftlichen, technisch-physikalischen und biologischen Umwelt verstanden werden, die zur Bewältigung von persönlichen oder externen Anforderungen oder Zielsetzungen eingesetzt werden können. Sie ruhen gewissermaßen in der Person und in der Umwelt (Oelkers, 2010). Zu *aktivierten Ressourcen* werden sie erst, wenn sie zur Anforderungsbewältigung oder Zielerreichung als brauchbar erkannt und entsprechend eingesetzt werden. Aktivierte Ressourcen erfüllen somit die Kriterien der Funktionalität, der Bewertung von Brauchbarkeit und Sinnhaftigkeit im Kontext einer konkreten Anforderungs- oder Zielsituation.

## 2. Ressourcentaxonomie

Neben materiellen bzw. ökonomischen Ressourcen werden in der Fachliteratur zumeist zwei weitere Klassen von Ressourcen benannt, Ressourcen auf Seiten der Person und auf Seiten der Umwelt. Darin enthalten, häufig aber nicht explizit benannt, sind Ressourcen, die den Transaktionen bzw. Interaktionen zwischen Person und Umwelt zuzuordnen sind und im Weiteren hier eine eigene Klasse bilden. Unter Bezugnahme auf die Arbeiten von Antonovsky (1997), Becker (2006), Herriger (2006) und Willutzki (2008) soll im Folgenden eine Taxonomie von potenziellen Ressourcen erstellt werden. Zu den einzelnen Klassen werden jeweils beispielhaft die relevantesten Ressourcen kurz benannt.

1. *Persönliche Ressourcen* (auch als individuelle, personale, intrapersonale, interne Ressourcen, Person- oder Individualressourcen bezeichnet) können in physische, psychische, interaktionelle und ökonomische (Person-)Ressourcen untergliedert werden:

### a) *Physische Ressourcen*:

Dazu zählen u. a. stabile biophysische Konstitution, stabiles Immunsystem; Gesundheit und Fitness und physische Attraktivität.

### b) *Psychische Ressourcen umfassen vier Hauptkategorien*<sup>2</sup>:

- *Kognitive Ressourcen*
  - Intellektuelle Fähigkeiten, Bildung und Wissen (vgl. „kulturelles Kapital“ nach Bourdieu), Begabungen, Talente, spezifische Fähigkeiten und Fertigkeiten, Fähigkeit zur

---

<sup>1</sup> Ein ähnlicher Prozess der Ressourcenwahrnehmung und -aktivierung kann auch auf gesellschaftlicher Ebene erfolgen, etwa im Sinne eines „politischen Empowerments“ von benachteiligten Gruppen, wie es z. B. Herriger (2006, 1987f.) beschreibt. Eine „Aufklärung der Gesellschaft über sich selbst“, beispielsweise über Mechanismen der Ungleichverteilung von Ressourcen (wie Einkommen oder Bildung) kann dann mitunter politische Prozesse der Abhilfe auslösen.

<sup>2</sup> Vgl. dazu auch Schubert, F.-C. (2012).



Erfassung und Reflexion von Selbst und Umwelt, Ambiguitätstoleranz (Unterschiedlichkeiten und Widersprüchlichkeiten tolerieren können), Lebenserfahrung

- Günstige kognitive Überzeugungen, Einstellungen und Erwartungen, z. B. Zukunftsoptimismus, Zuversicht, Selbstwirksamkeitsüberzeugung, Selbstwertgefühl, Lebenssinn (Kohärenzgefühl), Engagement, Fähigkeit zu Bedürfnisaufschub
- Emotionale Ressourcen und günstige Persönlichkeitseigenschaften z. B. emotionale Stabilität, emotionale Regulationsfähigkeit / Kontrolliertheit, Verträglichkeit, Optimismus, Verlässlichkeit, emotionale Intelligenz, Genussfähigkeit, differenzierte Selbst- und Identitätsentwicklung
- Handlungsressourcen und Bewältigungsstile („Coping“), z. B. angemessener Umgang mit Anforderungen, Lebenserfahrung, berufliche Ausbildung, Einsatz- und Leistungsfähigkeit
- Innehaben von anerkannten Rollen, Ämtern, Positionen in Familie, Beruf, sozialer Gemeinschaft (Becker, 2006 verweist auf die inhärente Ambivalenz dieser Ressource).

c) *Interaktionelle psychische Ressourcen* (auch als interpersonelle oder relationale Ressourcen bezeichnet) kommen in Interaktionen mit nahestehenden Sozialpartnern (z. B. Partnerschaft, Familie, Freundschaften) und in erweiterten sozialen Systemen (z. B. Arbeitsteam, sozial-kulturelle Gruppen) zum Ausdruck. Sie vereinfachen, unterstützen und bereichern das Zusammenleben und begrenzen die Entwicklung von Destruktivität und Beziehungsstörungen. Einen konkreten Ertrag bringen die interaktionellen psychischen Ressourcen zumeist erst durch das wechselseitige Ineinandergreifen der Interaktionen (Transaktionen) der beteiligten Sozialpartner (Willutzki, 2008, 256). Beispielhaft sind anzuführen:

- Beziehungsfähigkeit, Aufrechterhalten einer angemessenen Gegenseitigkeit in der Interaktion; Empathie, soziale Sensibilität; Fähigkeit zum differenzierten Ausdruck von Gefühlen und Motiven
- Konfliktfähigkeit, Kritikfähigkeit (Fähigkeit angemessen Kritik auszudrücken und Akzeptieren von berechtigter Kritik), , Widerstandsfähigkeit gegenüber Gruppendruck
- Respekt, Toleranz, Verlässlichkeit, Integrationsfähigkeit in soziale Gruppen, Verträglichkeit gegenüber Interaktionspartnern
- Fähigkeit Bedürfnis nach Hilfe auszudrücken und soziale Unterstützung einzuholen
- Reziprozität<sup>3</sup> als Bereitschaft und Fähigkeit zum Ausgleich von erhaltener Unterstützung und zur angemessenen Wiedergutmachung von sozial-emotionalen und materiellen Verletzungen und Schädigungen.

d) *Ökonomische Ressourcen*:

- Geld und Kapitalbesitz als universelle transformierbare Ressource, Grundbesitz und Wohneigentum, Einkünfte aus Besitztum (vgl. auch „ökonomisches Kapital“ nach Bourdieu)
- (stabiles) Arbeits- bzw. Erwerbseinkommen.

2. *Umweltressourcen* (auch als Umfeld- oder externe Ressourcen bezeichnet) sind psychosoziale, soziale, sozialstaatliche, kulturelle, rechtliche, physikalisch-technische und natürliche Hilfen und Hilfsmittel in der Umwelt der Person (vgl. auch „soziales Kapital“ nach Bourdieu).

---

<sup>3</sup> Reziprozität bedeutet in der Soziologie „Gegenseitigkeit“ bzw. „gegenseitige Abhängigkeit“. Reziprozität gilt als ein Grundprinzip in der Entwicklung menschlicher Beziehungen und Handlungsformen.

a) *Sozial-emotionale Ressourcen naher Beziehungen* (auch als psychosoziale oder interpersonelle Ressourcen bezeichnet) umfassen sozialen Austausch, soziale Integration und Unterstützung und kommen zumeist über personale Interaktionen im sozialen Nahraum zum Tragen:

- Partnerschafts-, Familien- und Freundschaftsbeziehungen: Zugehörigkeit und sichere Bindung zu vertrauten und emotional nahen Menschen; erwartete oder erfahrene emotionale Teilhabe, Fürsorge, Anerkennung, Vertrauen
- Teilhabe an den personalen Ressourcen von Sozialpartnern, z. B. dessen Attraktivität, Sozialprestige, Bewältigungskompetenzen, Lebenseinstellung.

b) *Soziale Ressourcen:*

- Persönliche Kontakte und Beziehungen
- Soziale Einbettung in (erweiterte) Netzwerke (Verwandtschaft, Freundschaft, Wohnviertel, Selbsthilfegruppe, Arbeitsstelle und -team), Erfahrung von sozialer Zugehörigkeit (Integration, Akzeptanz)
- Erhalt von Unterstützung zur Alltagsbewältigung und Bewältigung spezieller Anforderungen
- Gestaltungs- und Teilhabemöglichkeiten im Wohnviertel und Kulturraum.

c) *Sozialökologische Ressourcen:*

- Wohn- und Wohnumfeldqualität sowie Qualität sozialökologischer Infrastruktur (sozial, kulturell, gesundheitlich, städte- und landschaftsbaulich, verkehrs- und informationstechnisch, natürlich)
- Arbeitsplatzqualität: z. B. strukturell, perspektivisch, gesundheitlich, psychosoziales Arbeitsklima, Sinngehalt der Arbeit.

d) *Sozialstaatliche und soziokulturelle Ressourcen:*

- Vorhandensein, Erreichbarkeit und Zugang zu Bildungs-, Gesundheits- und sozialen Institutionen, kulturellen Angeboten, psychosozialen Unterstützungseinrichtungen
- Monetäre Transferleistungen und Dienstleistungen der sozialstaatlichen Sozialversicherungen (wie Arbeitslosen-, Renten- oder Unfallversicherung), der Fürsorge (z. B. Arbeitslosengeld II (Hartz-IV) und der Versorgung (z. B. Opferentschädigung, Beamtenversorgung) (Knecht, 2010)
- Teilhabemöglichkeit an einem anerkannten religiösen und gesellschaftlich-kulturellen Leben
- Durchschaubarkeit und Beeinflussbarkeit von gesellschaftlichen Strukturen und Entwicklungen, demokratische Verfassung
- Rechtsstaatlichkeit (garantiert Recht und Durchsetzungsmöglichkeiten von Rechten).

*Weitere Differenzierung persönlicher Ressourcen:* Da die Entwicklung des Mensch immer in Interaktion mit seiner – insbesondere sozialen – Umwelt verläuft, differenzieren Petermann und Schmidt (2006) persönliche Ressourcen zusätzlich danach, ob sie ohne Zutun des Individuums oder der Umwelt vorhanden sind (als „Merkmale“ bezeichnet), oder ob persönliche Ressourcen sich durch soziale Lernprozesse oder durch aktive Auseinandersetzung mit Umweltressourcen, z. B. als Ergebnis aus Erziehung, Anpassung an oder Bewältigung von Anforderungen, entwickelt haben (als „Mechanismen“ bezeichnet). Smith und Grawe (2003, 113) sehen die Entwicklung von persönlichen Ressourcen insbesondere als Ergebnis günstiger wechselseitiger interpersoneller Beziehungen und Aktionen.

Als weitere Kategorisierung kann die von Smith und Grawe (2003) eingeführte Unterscheidung von „motivationalen“ und „potentialen Ressourcen“ gelten. Die Autoren beziehen sich dabei auf das Modell der psychischen Konsistenz nach Grawe (1998) und der darin eingeordneten Befrie-

digung psychischer Grundbedürfnisse. Potentielle Ressourcen können nach dieser Konzeption Mittel sein, die die Person einsetzt, um ihr Ziel zu erreichen; motivationale Ressourcen können das Ziel selbst sein, das zu Befriedigung von Grundbedürfnissen dient.

„Als motivationale Ressourcen werden alle Ziele und Unterziele betrachtet, die ein Mensch zur Befriedigung seiner Grundbedürfnisse entwickelt hat. Beispielsweise könnte das Ziel, eine Ausbildung abzuschließen – mit dem Unterziel eine Prüfung zu bestehen – dem Grundbedürfnis der Selbstwerterhöhung dienen. Unter potentialen Ressourcen werden hingegen alle Fähigkeiten und Verhaltensweisen verstanden, die der Erreichung dieser Ziele dienen“ (Smith & Grawe, 2003, 113).

Die Aufteilung verdeutlicht, dass Ressourcen nicht alle gleichrangig, sondern in einem hierarchischen (psychischen) System angeordnet sind.

### 3. Ressourcenmodelle bzw. Ressourcentheorien im Überblick

Im Anschluss an die obige Darstellung grundlegender Merkmale von Ressourcen, werden nun einige Ressourcentheorien übersichtsmäßig erfasst und dargestellt. Die vorgenommene Auswahl soll keine Missachtung anderer Ansätze ausdrücken. Sie beinhaltet solche Theorien, auf die sich Beiträge des Handbuches immer wieder beziehen, wie die von Hobfoll und Bourdieu, aber auch den weniger bekannten Ansatz von Foa und Foa, der schon früh relevante Impulse zum Verständnis und zur Wirkungsweise von Ressourcen setzte. Wegen seiner weiten Verbreitung in der Ressourcendiskussion wird der Ansatz von Hobfoll ausführlicher erörtert. Weiterhin kommen neue Modelle zur Darstellung. Das Ressourcenmodell von Becker ist zwar noch nicht breit etabliert, bringt jedoch schon erkennbar konzeptionelle und handlungsleitende Weiterentwicklungen. Die Ressourcentheorie von Knecht bringt eine Erweiterung der Kapitaltheorie Bourdieus durch eine Theorie der Ressourcentransformationen, durch differenzierte Ressourcenerfassung und durch einen sozialpolitischen Überbau, der unter anderem aufzeigt, in welchem Maße die individuelle Ressourcenlage durch sozialpolitische Interventionen (mit)bestimmt wird.

#### Theorie der Ressourcenerhaltung nach Hobfoll

Hobfoll hat seit Ende der 80er Jahre eine einflussreiche Theorie entwickelt, die ursprünglich als Stresstheorie konzipiert wurde (Hobfoll, 1988) und inzwischen auch breiten Einzug in die psychosoziale Ressourcendiskussion gefunden hat. Er benennt seinen Ansatz als „Conservation of Resources Theory“, bzw. „COR-Theory“ (Hobfoll, 1989), was als „Theorie der Ressourcenerhaltung“ oder auch als „Ressourcenkonservierungstheorie“ übersetzt wird (Hobfoll & Buchwald, 2004; Hobfoll & Schumm, 2004). In Abhebung zur psychologischen Stressforschung, die Stress primär als ein Ergebnis subjektiver Wahrnehmung und Einschätzung betrachtet (z. B. Lazarus & Folkman 1984; Lazarus, 1995), belastende Umweltanforderungen aber kaum berücksichtigt, ist nach Hobfolls Theorie (1988, 1989, 1998) Stress vorrangig ein Resultat aus der Wahrnehmung von Ressourcenverlust im „objektiven“ und sozialen Umfeld der Person (person-in-environment). Anzumerken ist, dass sich Hobfoll nicht auf die Ausführungen von Foa und Foa (1976) bezieht, obwohl sie einen elaborierten und theoretisch vergleichbaren konzeptionellen Beitrag liefern.

#### Grundannahmen

Die zentrale Annahme in der Theorie der Ressourcenerhaltung besagt, dass Menschen danach streben, die eigenen Ressourcen (bzw. entsprechende Hilfsmittel und Fähigkeiten) vor Beein-

trächtigkeit und Verlust zu schützen und neue Ressourcen aufzubauen. Weiterhin streben Menschen über ihre Handlungen und ihre Lebensgestaltung danach, sich selbst und ihre sozialen Beziehungen sowie ihre Einbindung im sozialen Kontext zu bewahren und zu schützen. (Hobfoll & Buchwald, 2004; 13; Hobfoll & Schumm, 2004, 93). Ressourcen werden durch Umweltereignisse bedroht. Stress- bzw. Belastungserleben tritt ein, wenn infolge eines Ereignisses ein Verlust von solchen Ressourcen (1) droht oder (2) tatsächlich eintritt, „die eigentlich zur Aufrechterhaltung des Individuums selbst, dessen Familien oder des umfassenden sozialen Kontextes gedacht waren“ (Hobfoll & Buchwald, 2004, 13) oder wenn wertvolle Ressourcen investiert werden, um weitere Ressourcen zu vermehren, aber (3) der erhoffte Ressourcenzuwachs nicht eintritt.<sup>4</sup> Für den Stressprozess und das individuelle Belastungserleben ist nicht das Ereignis selbst bedeutsam, sondern die wahrgenommenen Ressourcenverluste, bzw. die Ressourcenfehlinvestition mit nicht eintretenden Gewinnen. Die Situation und das darin auftretende Ereignis sind lediglich der Ausgangspunkt für diesen Prozess (ebd., 14). Für eine erfolgreiche Bewältigung von Belastungen gilt die zentrale Grundannahme, dass Bewältigung längerfristig nur über den Einsatz von Ressourcen gelingt. Der Kern von Hobfolls Theorie ist also Ressourcenbewahrung im Sinne von Ressourcenerhalt, Ressourcenentwicklung und insbesondere die Vermeidung von Ressourcenverlust.

Zwar wird die Stressreaktion auch von Persönlichkeitsmerkmalen und der persönlichen Konstitution (wie z. B. Vulnerabilität) beeinflusst, doch ist die individuelle Reaktionsbreite auf Stressereignisse nach Hobfoll (1988) wesentlich geringer, als es beispielsweise in der (kognitiven) Stresstheorie von Lazarus und Folkman (1984) dargestellt wird. Derartige psychologische Prozesse stehen nicht im Vordergrund von Hobfolls Theorie, werden aber auch nicht ausgeblendet. Ausschlaggebend für individuelles Stress- bzw. Belastungserleben sind nach Hobfoll (1989) die Komponenten *Wahrnehmung* über die Entwicklung von Ressourcen in einem gegebenen *Kontext*, in dem der Stressor auftritt, sowie *Persönlichkeit* und genetische bzw. erworbene *Konstitution*. Das umfasst die Wahrnehmung von Ressourcenverlust, Ressourcenbedrohung oder fehlendem Ressourcenzugewinn in einer spezifischen Situation, wie auch die Wahrnehmung von ausreichenden oder unzureichenden Bewältigungsmaßnahmen zum Schutz oder zur Wiederherstellung von Ressourcen. Diese Wahrnehmungen können über psychische Vermittlungsprozesse beeinflusst werden, durch Persönlichkeitsmerkmale und individuelle konstitutionelle Faktoren, wie auch durch die Bewertungen aus der sozialen und kulturellen Umwelt der betroffenen Personen. Allerdings erfahren psychologische Prozesse, die Einfluss auf die Wahrnehmung von Ereignis und Ressourcenentwicklung nehmen können, wie beispielsweise kognitiv-emotionale Verarbeitungsprozesse und persönlichkeitspezifische Faktoren, nur eingeschränkte Beachtung. Relativ allgemein formuliert Hobfoll (1988), dass Ressourcen laufend auf drei Personenebenen evaluiert werden: Auf der biophysiologischen Ebene werden Ressourcen (z. B. Nahrung, Flüssigkeit) in ihrer Bedeutsamkeit von allen Menschen relativ gleich bewertet. Auf der kognitiven Ebene werden Ressourcen hingegen in Abhängigkeit von individuellen Erfahrungen und persönlichen sowie sozialen Werten beurteilt und geschätzt. Auf der dritten Ebene werden Ressourcen über unter- bzw. unbewusste Prozesse evaluiert, wodurch eine Ressourcenbewertung, ihre bewusste Wahrnehmung oder Abwehr, bei dem betroffenen Individuum sehr unterschiedlich ausfallen kann (z. B. im Kontext psychoemotional belastender Erfahrungen oder Traumata).

---

<sup>4</sup> Während beispielsweise die Arbeitslosenforschung bestätigt, dass bereits die Bedrohung des Ressourcenzugs Stress verursacht, erfährt Punkt (3) empirische Untermuerung durch das Gratifikationsmodell von Siegrist (1998).

## Modell der ökologischen Kongruenz

In diesem Modell formuliert Hobfoll (1988) einen komplexen Ansatz, der anhand der Dimensionen Ressourcen, Belastung, Bedürfnisse, Zeit, Wert und Wahrnehmung die Widerstandsfähigkeit von Personen gegenüber stresshaften Ereignissen erfasst. Starke (2000, 45) umreißt den Zusammenhang folgendermaßen:

„Der Ansicht des Autors zufolge können Ressourcen nur dann effektiv zur Bewältigung eines drohenden oder tatsächlichen Verlustes eingesetzt werden, wenn sie in einer Relation zu der Belastung und den Bedürfnissen der Person stehen. Weiterhin müssen sie in einer zeitlichen Dimension rangieren, das bedeutet, sie müssen entwicklungsadäquat sein oder in einem bestimmten Verhältnis zu dem stresshaften Ereignis stehen. Werte, sowohl familiäre, kulturelle und individuelle, haben einen deterministischen Charakter, in der Hinsicht, dass sie die Auswahl der Strategien zur Protektion von Ressourcen maßgeblich beeinflussen. Schließlich ist die Wahrnehmung der Person ein zentraler Aspekt, denn nur wenn sie eine tatsächliche Bedrohung wahrnimmt, eine eingeschränkte Bedürfnisbefriedigung befürchten muss, nimmt sie eine Bewertung hinsichtlich der zu investierenden Ressourcen und deren Verfügbarkeit vor. Sieht ein Individuum seine Ressourcen nicht als bedroht an, oder aber ist das Individuum so gut ausgestattet, dass ein Verlust nicht ins Gewicht fällt, dann wird die Situation nicht als stressreich eingeschätzt.“

## Ressourcendefinition

Ressourcen sind nach Hobfoll (1988, übers. nach Becker, 2006, 131) „(a) jene Objekte, persönlichen Eigenschaften, Bedingungen oder Energien, die vom Individuum geschätzt werden, oder (b) die Mittel zur Erreichung jener Objekte, persönlichen Eigenschaften, Bedingungen oder Energien“. Damit nimmt er eine Klassifikation nach vier Grundtypen von Ressourcen vor: *Objektreourcen* sind externe physikalischer Ressourcen zu Befriedigung grundlegender Bedürfnisse (wie Nahrung, Wohnraum, Kleidung) und von Statusbedürfnissen sowie zur Unterstützung von instrumentellen Anstrengungen (z. B. Maschinen, Auto). *Bedingungsressourcen* sind erstrebenswerte, teilweise auch hoch geschätzte und zumeist haltgebende Lebensumstände, wie z. B. Partnerschaft, Ehe, Familie, zwischenmenschliche Beziehungen, Gesundheit, Arbeitsplatz, höhere berufliche Position wie auch wertgeschätzt und beliebt sein. *Persönliche Eigenschaften* umfassen Merkmale und Fähigkeiten, die dazu beitragen Anforderungen zu bewältigen und Ziele zu erreichen. Das sind z. B. berufliche Fähigkeiten, soziale Kompetenzen, stressreduzierende Persönlichkeitseigenschaften und besondere Lebenseinstellungen. *Energieressourcen* (wie Geld, Wissen, Ansehen, Zeit u. a.) werden als besonders wertvoll angesehen, weil sie den Zugang zu vielen anderen Ressourcen ermöglichen.

## Ressourcenverluste und Ressourcengewinne

Im Zentrum von Hobfolls Ressourcentheorie stehen die bedeutsamen Unterschiede in den Auswirkungen zwischen Ressourcenverlust und Ressourcengewinn: Ressourcenverluste haben wesentlich bedeutsamere Auswirkungen als Ressourcengewinne. Die Unterschiede werden anschaulich über „Ressourcenspiralen“ (Hobfoll, 1989) zum Ausdruck gebracht. Personen mit wenigen Ressourcen oder mit beginnenden oder bereits eingetretenen Ressourcenverlusten sind vulnerabel für weitere Ressourcenverluste und können sich zudem schlechter gegen Verluste schützen; sie können sich auch schlechter von den Verlusten erholen als Personen mit vielen Ressourcen. Hobfoll (1988) geht davon aus, dass zur Unterbrechung von Verlustereignissen unterschiedliche Ressourcen eingesetzt und verbraucht oder bedroht werden. In dieser Situation entsteht neuer Stress, zu dessen Bewältigung weitere Ressourcen eingesetzt werden müssen usw.

Die betroffenen Personen geraten in eine „Ressourcenverlustspirale“, die – einmal in Gang gesetzt – nur schwer zu unterbrechen ist und weitere Verluste aus dem Ressourcenpool nach sich zieht. Solch eine „abwärts gerichtete“ Eigendynamik kann zum Ausdruck kommen, indem Betroffene beispielsweise an ihren Handlungsmöglichkeiten (Wirksamkeit) zweifeln, sich nichts mehr zutrauen, ihnen gehäuft Fehler unterlaufen, Einbußen in sozialen Bereichen (wie eigener Rückzug aus sozialen Bindungen und Rückzug von Sozialpartnern), in beruflichen und damit auch in materiellen und schließlich in gesundheitliche Bereichen eintreten, häufig gefolgt von Wohnungsverlust und Verlust gewohnter sozialer Umgebung. Daran kann sich materieller und sozialer Abstieg in breitem Umfang anschließen. Hobfoll (1988) geht davon aus, dass die Identität eines Menschen in großem Umfang über seine Ressourcen bestimmt wird. Der tatsächliche oder antizipierte Ressourcenverlust beeinträchtigt somit die Identität eines Menschen in erheblichem Maße.

Neben diesen Prinzipien verweist Hobfoll (1988) auch auf individuelle Differenzierungen bei Ressourcenverlusten. Wahrnehmung und Umgang mit Verlusten sind abhängig von der Person, dem Kontext, in dem Verluste auftreten, den geltenden sozialen Normen, von den kulturellen Bedingungen und zudem von den Erfahrungen, die eine Person mit Verlusten gemacht hat. Hobfoll betont, dass die betroffene Person daher immer im Kontext seiner Umwelt, insbesondere seines sozialen Umfeldes, betrachtet werden muss.

Personen, die viele Ressourcen haben, fällt es hingegen leichter, personale, soziale und materielle Ressourcen zu erhalten, zu vermehren und neue zu erwerben. Sie entwickeln eine „Ressourcengewinnspirale“, indem sie in Ressourcen investieren, „um sich vor Verlusten zu schützen, von Verlusten zu erholen und um neue Ressourcen hinzuzugewinnen“ (Hobfoll & Buchwald, 2004, 14). Somit sind sie weniger anfällig gegenüber Ressourcenverlusten und können zudem in der Auseinandersetzung mit belastenden Ereignissen Ressourcen erfolgreicher einsetzen.

### **Vermeidung von Ressourcenverlusten**

Hobfoll (1988) benennt verschiedene Möglichkeiten, um Ressourcen zu erhalten oder Verluste zu vermeiden: (a) Verschiebung der Aufmerksamkeit von Verlusten hin auf mögliche oder in Aussicht stehende Ressourcengewinne. (b) Bedrohte oder verlorene Ressourcenverlusten neu bewerten, d. h. ihnen einen anderen Wert zuschreiben, um Stress abzapfen; eine Neubewertung durch vergleichende Gegenüberstellung von Ressourcengewinnen und Ressourcenverlusten erzielen, wodurch die einzelnen Verluste eventuell weniger ins Gewicht fallen. (c) Begrenzung der Ressourcenverluste oder -bedrohung durch andere oder intensivere Bewältigungsanstrengungen. Insbesondere bei den beiden erstgenannten Strategien verweist Hobfoll auf mögliche negative Konsequenzen, wie Verlust an Klarheit und Verknennung der realen Gegebenheiten oder auch Verhalten gegen die bisher gültigen individuellen Werte und Erfahrungen. Damit sind diese beiden Strategien nur als vorübergehende und nicht als langfristige Strategien zu verstehen (Starke, 2000).

Über eine Auswertung empirischer Untersuchungen belegen Hobfoll & Schumm (2004, dort umfangreiche Quellenangaben) die These, dass Ressourcenverluste bedeutsamere Auswirkungen haben als Ressourcengewinne; das gilt für Individuen wie für soziale Gemeinschaften. Die individuelle wie auch gemeinschaftliche Bewältigung von emotionalen Belastungen kann durch Ressourcengewinne nicht in dem Maße aufgefangen werden, wie Belastungen durch Ressourcenverluste progredient voranschreiten (z. B. Hobfoll & Lilly, 1993; Lane & Hobfoll, 1992). Die Autoren fassen zusammen, „dass Ressourcengewinne wichtig sind für den Ausgleich von Verlusten,

aber keinen wesentlichen direkten Effekt auf Ressourcenverluste haben“ (Hobfoll & Schumm, 2004, 101), sondern eher regenerativen Effekt haben. Das gilt vor allem für solche Personen oder soziale Gemeinschaften, die ohnehin einen Mangel an angemessenen Ressourcen aufweisen. Die Autoren formulieren, dass vor allem (zentrale) persönliche und (psycho)soziale Ressourcen (wie Selbstwirksamkeit, Selbstwertgefühl, Optimismus; soziale Unterstützung, soziale Integration) in der Lage sind, den Einfluss von Ressourcenverlusten zu kompensieren. Vergleichbare Ergebnisse erbrachten Untersuchungen zu posttraumatischen Stresssymptomen unterschiedlicher Genese (z. B. King et al., 1999; Wells, Hobfoll & Lavin, 1999). Hobfoll et al. (2007) entwickelten jüngst auf Grundlage der COR-Theorie konkrete Ziele und Maßnahmen zur Ersten Hilfe nach individuellen Traumata.

Die COR-Theorie mit dem Konzept der Verlust- und Gewinnspiralen wird auch auf die öffentliche Gesundheitsförderung und auf Gemeindesettings übertragen. Beispielsweise dient sie dazu, Verlustspiralen von Individuen und Gemeinden vorzubeugen oder „um Individuen und Gemeinden solche Ressourcen nahezubringen, die für die Förderung von *Public Health* notwendig sind“ (Hobfoll & Buchwald, 2004, 94, kursiv im Original).

### **Belastungs- und Ressourcenaustausch (Stress Crossover)**

Seit den 1990er Jahren verfolgt Hobfoll (1998) den Prozess der gemeinsamen Stressbewältigung über soziale, interaktionale Prozesse und veranschaulicht das mit dem Konzept der Stressübertragung („stress crossover“). „Stressübertragung bezieht sich auf den Transfer von Belastungen und Ressourcen zwischen Individuen, die einer akuten Krise ausgesetzt sind“ (Buchwald, 2004, 35). Derartige gemeinsame Betroffenheit kann zwischen den Partnern einer Dyade (Freundschaft, Ehe) oder Familie, Gruppe wie auch in größeren sozialen Einheiten (z. B. Gemeinde) auftreten. Buchwald (2004, 35f., dort weitere Literaturangaben) unterscheidet sechs Formen gemeinsamer Betroffenheit und entsprechende Bewältigungsversuche (vgl. auch Eppel, 2007, 176):

- Gemeinsamer Stress („shared stress“): ein Stressereignis beansprucht die Ressourcen aller Gruppenmitglieder gleichermaßen (z. B. Arbeitsgruppe).
- Forderung nach Unterstützung („support-demand stress“): durch die Unterstützungsforderungen der Schwächeren werden die Ressourcen der stärkeren Mitglieder in Mitleidenschaft gezogen bzw. ausgebeutet. Sind sie nicht in der Lage, sich zu distanzieren, können die Ressourcen aller erschöpft werden.
- Stressansteckung („stress-contagion“): durch Einfühlung in andere werden eigene Ressourcen angegriffen. Je größer die Empathie, desto größer kann die „Ressourcenausbeutung“ werden.
- Ressourcenabzug („resource-withdrawal“): Belastungen außerhalb der Beziehung (z. B. berufliche Belastungen) werden durch Abzug von Ressourcen ausgeglichen, die vorher innerhalb der Gemeinschaft (Dyade, Familie, Gruppe) zur Verfügung standen.
- Selbstabsorption („self-absorption“): Zur Befriedigung egoistischer Interessen werden Ressourcen aus der Gemeinschaft und deren Entwicklung entzogen (z. B. Bewältigung von Ärger, Dominanzstreben, Vergeltungsstreben).
- Gemeinsame Ressourcennutzung („resource-sharing“): unter den Mitgliedern einer Gemeinschaft stehen bestimmte Ressourcen zur Verfügung; es besteht ein offener Austausch und Zugriff darauf und auf den Ressourcenzugewinn (z. B. gegenseitige Unterstützung).

## **Multiaxiales Coping**

In Abhebung zu den traditionellen, zumeist stark individuumzentrierten kognitivistischen Copingmodellen, wurde von Hobfoll und seiner Forschungsgruppe ein multiaxiales Copingmodell entwickelt, das die „Vielseitigkeit potenziell möglicher adaptiver Verhaltensweisen von Menschen“ (Hobfoll & Buchwald, 2004, 17) repräsentiert. Das Modell berücksichtigt, „dass Individuen nicht nur autonom agieren, sondern eingebettet sind in ihre Familie, ihr Volk und ihre Kultur, wo bestimmte Regeln und Richtlinien für Einstellungen und Verhalten existieren. ...die Werte, die Individuen innerhalb von sozialen Settings teilen, [sind] als das Verbindungsstück zwischen Person und Umwelt [zu] verstehen“ (ebd., 17). Der soziale Kontext, seine Werte, kultur- und geschlechtsspezifischen Muster und resultierende Diversivität haben erhebliche Bedeutung für den Prozess der Stressbewältigung und für Ressourcenerhalt oder -verlust. Diese Bereiche wurden bislang aber nur ansatzweise untersucht. Das multiaxiale Copingmodell basiert auf einem faktorenanalytisch mehrdimensional angeordneten System, das die Vielfalt von individuellen und kulturellen Strategien zur Bewältigung von Lebensbelastungen erfassen soll. Es soll einen generellen heuristischen Ansatz bieten soll, um die Vielfalt von Copings zu erfassen und zu verstehen. Anhand von drei bipolaren, voneinander nicht unabhängigen Achsen erfasst es (1) aktives – passives Coping, (2) prosoziales – antisoziales Coping, (3) direktes – indirektes Coping. Letzteres erfasst Bewältigungsverhalten unterschiedlicher Kulturkreise. Eine empirische Analyse der Faktorenstruktur (Schwarzer, Starke & Buchwald, 2004) findet zusätzlich einen vierten Faktor „instinktives – reflexives Coping“. Da die Befunde zum multiaxialen Coping vornehmlich auf Stressbewältigung ausgerichtet sind, stehen sie hier nicht weiter im Fokus.

Hobfolls Ressourcentheorie hat einen großen Einfluss auf die gegenwärtige Ressourcendiskussion. Kritisch ist jedoch die Frage zu stellen, ob das zugrunde liegende Menschenbild, das davon ausgeht, dass jedes menschliche Handeln darauf ausgerichtet sei, Gewinne zu machen bzw. zu maximieren und Verluste zu vermeiden, in dieser generalisierten Form zutrifft. Hobfolls Theorie ist ein verhaltensökonomischer Ansatz, der Ende 1980er Jahren unter dem Einfluss der damals aufkeimenden Kosten-Nutzen-Analyse menschlicher Interaktionen entwickelt wurde. Psychologisch-motivationale Differenzierungen des menschlichen Erlebens und Verhaltens bleiben hierbei weitgehend unberücksichtigt.

## **Ressourcen(austausch)theorie nach Foa und Foa**

Schon in den 1970er Jahren haben Uriel G. und Edna B. Foa im Rahmen ihrer Forschungen zu sozialen Beziehungen eine strukturelle Ressourcentheorie entwickelt, die bereits relevante Aspekte hinsichtlich Funktionen und Merkmalen und der Bedeutung von Ressourcen formuliert. Im Wesentlichen fokussieren die Autoren zwei Bereiche. Zum einen erforschen sie die Ausdifferenzierung der Bedeutungszuschreibung, die Ressourcen im Laufe der individuellen Sozialisation erhalten. Im Zentrum ihres Ressourcenmodells steht jedoch die Bedeutung von Ressourcenaustausch im Rahmen von sozialem Verhalten und interpersonellen Beziehungen, insbesondere bei Paaren. Die Theorie liefert damit auch wichtige Beiträge zu den sozialpsychologischen Theorien des sozialen Austausches und zwischenmenschlichen Verhaltens.

## **Grundlagen**

Der Ansatz von Foa und Foa (1976) beruht auf folgenden Grundgedanken: Ressourcen werden im Rahmen von sozialen Austauschprozessen erworben, analog dazu werden soziale Beziehungen durch den Austausch von Ressourcen zwischen den beteiligten Individuen charakterisiert. Aus-

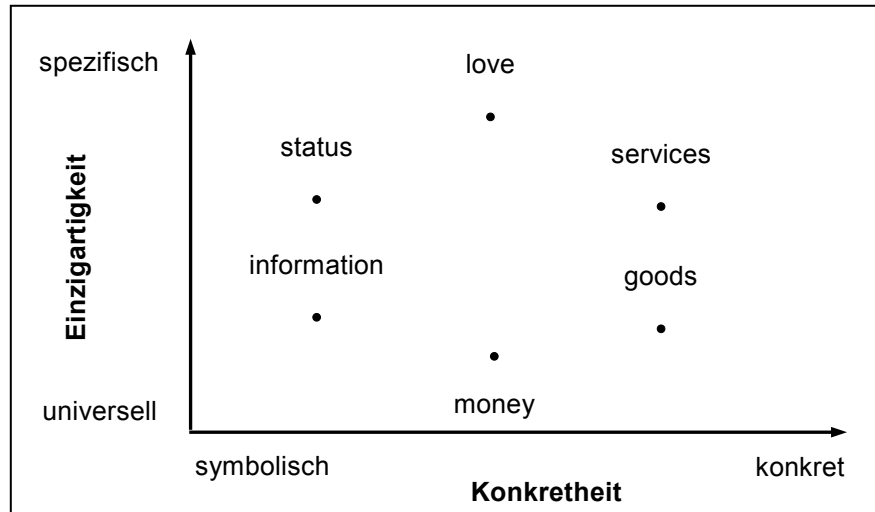


tauschobjekte oder -merkmale erhalten ihre Bedeutung und ihren Wert als Ressourcen erst durch die subjektive Bewertung der Handelnden. Der Austausch von Ressourcen erfolgt nach ganz bestimmten Regeln, die entsprechend der Klasse der ausgetauschten Ressource jeweils variieren. Weiterhin beeinflussen die Verfügbarkeit von Ressourcen oder deren Mangel bzw. Verlust das subjektive Wohlbefinden und die Zufriedenheit von Personen und mit ihren zwischenmenschlichen Beziehungen. In einer etwas vereinfachenden Schlussfolgerung könnten somit viele individuelle wie auch zwischenmenschliche Probleme auf das Bedürfnis nach und die Verfügbarkeit von Ressourcen reduziert werden.

Unter Ressourcen verstehen Foa und Foa (1976, 101) „anything that can be transmitted from one person to another“. Nach Auffassung der Autoren ist diese Definition umfassend genug, um verschiedenste Ressourcenarten und -bedeutungen einzubinden: „...to include things as different as a smile, a check, a haircut, a newspaper, a reproachful glance, and a loaf of bread (...). ..., some resources are more alike than others in terms of their meaning, their use, and the circumstances of their exchange“ (zit. n. Stangl, 1989, 308). Die Autoren ordnen Ressourcen in sechs Klassen: *Liebe* (Zuwendung, Wärme, Trost, Beistand), *Dienstleistungen* (Aktivitäten, die andere betreffen und in der Regel Arbeit bedeuten), *Waren* (Produkte, Objekte, Materialien), *Geld* (Münzen, Währung, generell alle symbolischen Gaben mit Austauschwert), *Information* (Unterweisung, Unterricht, Meinung, Rat, Aufklärung) und Status (Prestige, Achtung, Ansehen).

### Ressourcenstrukturmodell

Die Autoren entwickeln ein spezifisches Ressourcenstrukturmodell mit den beiden orthogonalen Dimensionen „Einzigartigkeit“ (*particularism*) und „Konkretheit“ (*concreteness*). In diesem or-



**Abb. 1:** Einteilung der Ressourcen bei Foa & Foa. (Quelle: Foa & Foa, 1976, 102; Starke, 2000, 18), mit Modifikationen

thogonalem Feld positionieren sie die sechs Ressourcenklassen in einer zirkulären Anordnung nach dem Prinzip der Ähnlichkeit<sup>5</sup> und entsprechend der jeweiligen Ausprägung auf der Dimen-

<sup>5</sup> Foa und Foa (1976, 102f.) weisen darauf hin, dass – trotz der dargestellten punktuellen Positionierung – die Einteilung der Ressourcenklassen eher als sich überschneidende Felder/Sektoren aufgefasst werden muss, die strukturell miteinander verbunden sind.

sion „Einzigartigkeit“ (von universell zu spezifisch) und auf der Dimension „Konkretheit“ (von symbolisch zu physisch konkret) (vgl. Abb. 1).

Die Dimension „Einzigartigkeit“ bringt zum Ausdruck, wie universell (z. B. Geld) oder wie spezifisch eine Ressource ist (z. B. ist Liebe spezifisch auf eine Person ausgerichtet), die Dimension „Konkretheit“ wie konkret (z. B. Aushändigen von Ware) oder symbolisch (z. B. Mitteilung eines Prüfungsergebnisses; verbaler Ausdruck von Liebe, Zuneigung) ein Ressourcenaustausch ist. Diese spezifische strukturelle Anordnung von Ressourcenkategorien und deren Beziehung untereinander konnte in englisch- und deutschsprachigen empirischen Untersuchungen bestätigt werden (vgl. Starke, 2000).<sup>6</sup>

Die Strukturmatrix liefert nach Foa und Foa (1976, 101) den Hintergrund, um den Zusammenhang zwischen interpersonellem Verhalten und Ressourcenaustausch in bestimmten Kontexten (*environmental conditions*) zu erfassen. Da die Ressourcenkategorien strukturell miteinander verbunden sind, treten sie beim Austausch in bestimmten Konfigurationen und Häufigkeiten auf: In zufriedenstellenden (Tausch-)Beziehungen werden solche Ressourcen getauscht, die sich ähnlich sind bzw. im Ressourcenraum nahe beisammen liegen und damit in etwa als gleichwertig eingeschätzt werden. Getauschte Ressourcen sollten daher möglichst aus derselben oder einer zirkulär nahe anschließenden Kategorie entstammen oder gleiche bzw. ähnliche Dimensionalität (Konkretheit, Einzigartigkeit) haben. Zufriedenstellende Tauschbeziehungen folgen somit dem Gleichgewichtsprinzip. Hingegen werden solche Beziehungen, deren Ressourcenaustausch nicht diesen Merkmalen entspricht, als weniger zufriedenstellend erlebt. Dabei ist zu berücksichtigen, dass Ressourcen bei Foa und Foa keine objektiven, sondern subjektive Größen (im Sinne subjektiver Bedeutungszuschreibung) darstellen.

### **Austauschprozesse**

Foa und Foa haben die Ressourcenaustauschprozesse unter Einbezug der Strukturmatrix eingehend experimentell untersucht und daraus verschiedene Thesen erstellt, die ausdrücken, dass der Austausch nach ganz bestimmten Regeln erfolgt, die entsprechend der Ressourcenklasse jeweils variieren (vgl. auch Starke, 2000)<sup>7</sup>:

*Gewinn-Verlust-Perspektive:* Der Einsatz von Ressourcenkategorien geht mit typischen Gewinn- und Verlustperspektiven einher. Der Einsatz von hochspezifischen, einzigartigen Ressourcen bringt weniger Verlust im Ressourcenpool, zumeist sogar einen Ressourcenzuwachs, wohingegen der Einsatz universeller Ressourcen eher einen Verlust im Ressourcenpool nach sich zieht. Auf den Einsatz von Zuneigung / Liebe folgt im Allgemeinen ein weiterer Zuwachs an Zuneigung (Ressourcengewinn). Der Einsatz von Geld bringt zwar einen Tausch-Gegenwert, doch verringert sich der Ressourcenpool Geld und auch die eingetauschte Ware verliert ihren Bestand oder Wert (z. B. Nahrungsmittel oder Warenabnutzung).

---

<sup>6</sup> Stangl (1993) konnte in österreichischen Stichproben auch eine dritte Dimension auffinden, die er als materialistische vs. idealistische Bewertung von Ressourcen interpretiert.

<sup>7</sup> Kritisch ist anzumerken, dass die empirisch untersuchten Austauschprozesse nicht in konkreten sozialen Situationen erfasst wurden, sondern lediglich über retrospektive Selbstbeschreibungen mittels Fragebogenverfahren.

- *Reziprozität*: Je spezifischer eine Ressource ist, desto schwieriger wird es, sie durch andere Ressourcenkategorien zufriedenstellend zu ersetzen (z. B. Liebe durch Geld, Status durch Geld oder Waren). Universelle Ressourcenkategorien können hingegen durch eine Vielzahl von Ressourcen ersetzt werden.
- *Bekanntheit der Tauschpartner und Zeitinvestition*: Je spezifischer eine Ressource ist, umso ausgeprägter muss der Bekanntheitsgrad zwischen den Tauschpartnern sein und umso mehr Zeit muss für den Austausch investiert werden. Je universeller Ressourcen sind, umso schneller geht der Austausch und umso einfacher funktioniert er zwischen unbekannten Personen.
- *Zufriedenheit-Unzufriedenheit*: Je diskrepanter die ausgetauschten Ressourcenklassen sind, desto mehr steigt die Unzufriedenheit mit dem Ressourcenaustausch. Das gilt auch für Diskrepanzen im Falle von erlebten Ressourcengewinnen wie Ressourcenverlusten.
- *Bereitschaft zu Austauschprozessen*: Ressourcengewinne führen zu einer erhöhten Bereitschaft diese für weitere Gewinne einzusetzen. Bei eingetretenen Ressourcenverlusten werden Austauschprozesse vornehmlich unter dem Aspekt eingegangen, die Verluste wieder auszugleichen. Das hat z. B. Auswirkungen auf die Bereitschaft soziale Hilfeleistung zu geben (Foa & Foa, 1976).
- *Emotionale Reaktionen*: Bei bevorstehenden Ressourcenverlust tritt Angst auf, die in ihrem Ausprägungsgrad abhängig ist von der Ressourcenkategorie (z. B. mehr Angst vor Statusverlust oder vor materiellem Verlust). Eingetretene Ressourcenverluste führen zu Frustration und Aggression in Abhängigkeit von der Menge und dem individuellen Wert der verlorenen Ressourcen.
- *Kontextabhängigkeit*: Die Bedeutung einer Austauschressource ist abhängig vom jeweiligen Kontext (z. B. Lebensalter, biografische Lebenssituation, sozioökonomischer Status u. a.).

### Entwicklung von Ressourcenbewertung

Die Fähigkeit, Ressourcen in ihren differenzierten Bedeutungs- und Bewertungskomponenten sowohl individuell wie kulturell erfassen zu können, wird im Verlauf des Sozialisationsprozesses und mit der frühkindlichen Bindungsentwicklung erworben. In diesem Entwicklungsprozess werden Ressourcen zunehmend in ihren unterschiedlichen Bedeutungen wahrgenommen, und zwar vom Spezifischen zum Universellen, vom Konkreten zum Symbolischen, und erhalten zudem ganz individuelle Bedeutungs- und Bewertungsausdifferenzierungen. Durch parallel verlaufende kulturelle Zuschreibungen erfolgen diese Ausdifferenzierungen nicht unbegrenzt, sondern erfahren im Entwicklungsprozess kulturell typische Eingrenzungen (vgl. Stangl, 1989). Ressourcen sind somit nicht objektiv bestimmbar, sondern sie erhalten ihre Bedeutung erst durch den Prozess der subjektiven Interpretation auf dem Hintergrund kultureller Bedeutungs- und Wertzuschreibung, wobei dieser Prozess, nach Foa und Foa (1976), vor allem im Rahmen von sozialen Interaktionen abläuft. Mitte der 1980er Jahre haben Edna B. Foa und Mitarbeiter die Forschungen über individuelle Bewertungs- und Bedeutungskomponenten zu einer Theorie kognitiv(-emotionaler) Strukturen erweitert („Emotionale-Prozess-Theorie“, Foa E. B. & Kozak, 1986) und in umfangreichen empirischen Studien zur Diagnose und Therapie von Angst, Depressionen, Zwangshandlungen und nach traumatischen Ereignissen verifiziert und weiterentwickelt.

### Systemisches Anforderungs-Ressourcen-Modell (SAR-Modell) nach Becker

Im Rahmen seiner gesundheitspsychologischen Forschungen hat Peter Becker (2006) ein Ressourcenmodell entwickelt, das er als „systemisches Anforderungs-Ressourcen-Modell“ (SAR-Modell) bezeichnet. In seinen Grundannahmen bezieht er sich in kritischer Abwägung auf ver-

schiedene Ansätze aus der Stress-Bewältigungsforschung (z. B. Antonovsky, 1990; Hobfoll, 1988, 1989; Lazarus, 1990) und Weiterführungen (z. B. MASH-Modell nach Olsen & Stewart, 1991; Kupsch, 2006; Siegrist, 1998) und auf den systemtheoretischen Ansatz von Uexküll und Wesiack (1986). Im Mittelpunkt steht der Ressourcenaustausch auf den verschiedenen Systemebenen.<sup>8</sup> Damit rückt die wechselseitige Abhängigkeit von Menschen und Umwelt in der Zugänglichkeit, Nutzung und Handhabung von Ressourcen in den Fokus. Besonders fokussiert Becker den Ressourcenaustausch zwischen Personen / Personengruppen und innerhalb der biopsychischen Systemebenen der Person selbst. Der Einsatz von Ressourcen wird im SAR-Modell als Voraussetzung für die Bewältigung von alltäglichen wie speziellen Lebensanforderungen und Zielsetzungen und somit für die Bewahrung von Gesundheit aufgefasst.

Unter *Ressourcen* versteht Becker (2006, 133) „Mittel oder individuelle Eigenschaften, auf die lebende Systeme oder Systemelemente im Bedarfsfall zurückgreifen können, um mit ihrer Hilfe externe oder interne Anforderungen zu bewältigen.“ Grundlegend wirkt hierbei die Auffassung, dass „der Mensch ... auf Ressourcen in der Umwelt ... angewiesen [ist]“ (ebd.). Insbesondere stellt Becker den engen Zusammenhang zwischen individueller Gesundheitsentwicklung und der angemessenen Befriedigung psychischer (und physischer) Grundbedürfnisse in den Vordergrund (vgl. dazu Grawe, 2004; Klemenz 2012).

*Interne Anforderungen* sind z. B. persönliche Ziele, Wünsche und Erwartungen an sich selbst, an andere oder an die Umwelt, sowie die Notwendigkeit oder das Verlangen, angeborene oder erworbene physische und psychische Bedürfnisse zu erfüllen. Interne Anforderungen entstehen insbesondere bei der Auseinandersetzung mit kritischen Lebensereignissen und in den Phasen von Lebensübergängen. *Externe Anforderungen* kommen zumeist aus (a) der sozialen Umwelt, typischer Weise in den Lebensbereichen Ausbildung, Beruf, Partnerschaft, Familie, im Rahmen sozialer Gruppenzugehörigkeit, in der Nachbarschaft und Gemeinde sowie aus gesellschaftlichen und rechtsstaatlichen Vorschriften, Werten und Normen, (b) aus der aktuellen Lebensphase mit den typischen Entwicklungsanforderungen, (c) infolge Auftretens kritischer Lebensereignisse und (d) aus den sozioökonomischen Lebensverhältnissen (ökonomische Situation, Status, Lebenslage) und umweltlichen Lebensverhältnissen (Wohnsituation, „Umweltverschmutzung“).

Nach den zugrundeliegenden Stress-Bewältigungsmodellen beruht gelingende Lebensführung, allgemein formuliert, auf einer erfolgreichen Bewältigung von belastenden Bedingungen / Stressoren bzw. externen und internen Anforderungen (vgl. auch Schubert, 2009; 2013). Das schließt auch die Bewältigung der korrespondierenden Auswirkungen auf persönliche Emotionen und Verhaltensweisen ein. Auf dem Hintergrund dieser Modelle geht Becker (2006, 110) von der Annahme aus, dass der Gesundheitszustand einer Person – und damit auch deren Wohlbefinden und letztlich auch die alltägliche Lebensbewältigung – davon abhängt, wie gut es ihr gelingt, stressreiche externe und interne Anforderungen durch den Einsatz von eigenen und / oder von externen Ressourcen (Eigenschaften, Mittel, Hilfen) zu bewältigen. Eine Gesundheitsgefährdung entsteht somit dann, wenn es nicht hinreichend gelingt, belastende Anforderungen zu bewältigen; die Auswirkungen können als Destabilisierung auf biologischer, psychischer sowie sozialer Ebene zum Ausdruck kommen. Insgesamt verlangt das, dass die betroffene Person eigene und /

---

<sup>8</sup> Unter Systemebenen versteht Becker (2006) physische wie psychische Subsysteme im Personensystem, in sozialen Systemen von Personen und in verschiedenen Umweltsystemen (Lebensbereichen) unterschiedlicher Komplexität. Systeme sind hierarchisch organisiert und stehen untereinander in Wechselbeziehung.

oder externe (potenzielle) Ressourcen<sup>9</sup> zur Verfügung hat und diese auch angemessen handhaben kann. Fehlen entscheidende Ressourcen oder Ressourcen in gehäuften Umfang (und / oder die Möglichkeiten zur Ressourcenaktivierung), so ist das erheblich mitverantwortlich für Probleme in der Lebensbewältigung und in der Gesundheitsentwicklung von Menschen. Im Mittelpunkt des SAR-Modells steht also das Zusammenwirken (bzw. die transaktionale Relation) zwischen den belastenden Anforderungen (Stressoren) und den Ressourcen, die auf den verschiedenen Systemebenen zur Bewältigung dieser Anforderungen verfügbar (und aktivierbar) bzw. nicht verfügbar (nicht aktivierbar) sind. Der Aspekt der Aktivierbarkeit von Ressourcen wird bei Becker an dieser Stelle nicht explizit hervorgehoben, soll jedoch hier infolge der oben getroffenen Unterscheidung und ihrer Bedeutsamkeit nicht außer Acht gelassen werden. Becker (2006, 137) spricht lediglich von der Notwendigkeit, über bestimmte und angemessene interne Ressourcen zu verfügen, um den Zugang zu externen Ressourcen zu erlangen.

### **Ressourcenaustausch**

In seinem Konzept zum Ressourcenaustausch bezieht sich Becker auf den theoretischen Hintergrund der transaktionalen Person-Umwelt-Wechselwirkung. Er geht davon aus, dass Individuum und soziale Umwelt (z. B. Personen, Gruppen, kulturelle oder staatliche Einrichtungen) aneinander wechselseitige Anforderungen haben und zu deren Befriedigung sie – im Idealfall – in einen gegenseitigen Austausch von Ressourcen treten. Zur Verdeutlichung sei wiederum auf die Ausgangsüberlegung Bezug genommen: Zur Befriedigung von individuellen Bedürfnissen und Zielsetzung wie auch zur Bewältigung von externen Anforderungen ist der Mensch neben dem Einsatz eigener Ressourcen auf die Ressourcen aus der Umwelt (soziale Beziehungen und Hilfen, institutionelle, materielle, natürliche Hilfen, Mittel und Gegebenheiten) angewiesen. Wichtige Ressourcen werden nach Becker (2006, 184) „vor allem von anderen Menschen bereitgestellt.“ Da dies generell für die Lebensführung von Menschen gilt, „ergeben sich wechselseitige Abhängigkeiten und Beeinflussungen zwischen den Menschen: Der einzelne Mensch wird zum Systemelement innerhalb übergeordneter Suprasysteme. Die Menschen stellen Anforderungen aneinander und treten in einen Austausch von Ressourcen. Im Falle befriedigender sozialer Interaktionen kommt es zur Bewältigung wechselseitiger Anforderungen durch gegenseitige Bereitstellung von Ressourcen“ (ebd.). Es entsteht ein Ressourcenaustausch zwischen einzelnen Individuen wie auch innerhalb von Gemeinschaften und zwischen ihnen. Der Ressourcenaustausch mit größeren gesellschaftlichen bzw. umweltlichen Systemen wird über den Begriff der Suprasysteme von Becker aufgezeigt, aber nicht eingehender verfolgt.

Für eine angemessene Bewältigung von Anforderungen reicht es allerdings nicht aus, lediglich (potenzielle) externe oder interne Ressourcen zur Verfügung zu haben. Nach Becker (2006, 137) muss eine Person über bestimmte und angemessene interne (personale) Ressourcen verfügen, um den Zugang zu externen Ressourcen zu erlangen, um diese dann auch angemessen und positiv zu handhaben und zu nutzen (wodurch Potenziale erst zu aktivierten Ressourcen werden, vgl. die Erörterungen oben). Hier besteht eine enge Übereinstimmung mit der Auffassung von Antonovsky (1997) über die zentrale Bedeutung der persönlichen Ressource „Kohärenzgefühl“ für eine Handhabung und Nutzbarmachung von Umweltressourcen. Lediglich externe potenzielle Ressourcen zur Verfügung stellen, ist ohne den Einsatz angemessener personaler Ressourcen

---

<sup>9</sup> Der Begriff potenzielle Ressourcen folgt der oben getroffenen Unterscheidung zwischen potenziellen und aktivierten Ressourcen. Da Becker diese Unterscheidung nicht vornimmt, wird sie in der weiteren Darstellung seines Modells auch nicht eingesetzt werden.

kaum bzw. nicht wirksam für eine gelingende Bewältigung von Lebensanforderungen und für die Entwicklung und Bewahrung von Gesundheit.

## Die Theorie der Kapitalarten nach Bourdieu

Auch wenn Pierre Bourdieu in seiner Theorie der Kapitalarten nicht das Wort Ressource im Titel führt, so muss sie doch als wichtigste soziologische Ressourcentheorie gelten, da sich viele empirische Untersuchungen und theoretische Ansätze zu Ressourcen auf seine Theorie berufen (z.B. Knecht, 2010; Drilling, 2012; Hanesch, 2012). In einer Untersuchung der Reproduktionsmechanismen sozialer Ungleichheit thematisiert Bourdieu, (1992 [1983]) die Akkumulation verschiedener Kapitalarten als den Mechanismus, der eine vorteilhafte Stellung in der Gesellschaft dauerhaft absichern kann und sie auch an nachfolgende Generationen "vererbbar" macht. Dabei scheint ihm neben dem ökonomischen Kapital das soziale und das kulturelle Kapital gleichermaßen wichtig zu sein (Bourdieu, 1992, 50f.).

Unter *ökonomischem Kapital* versteht er all jene Ressourcen, die „unmittelbar und direkt in Geld konvertierbar“ sind und "sich besonders zur Institutionalisierung in der Form des Eigentumsrechts“ eignen (Bourdieu, 1992, 50). Gemeint sind also Geld, Güter, Immobilien etc., die gekauft und verkauft werden können.

Beim *kulturellen Kapital* unterscheidet Bourdieu drei Formen: es kann in verinnerlichtem, inkorporiertem Zustand, in objektiviertem Zustand oder in einem institutionalisierten Zustand vorliegen. Kulturelles Kapital in inkorporiertem Zustand besteht aus verinnerlichtem Wissen, Bildung, Fertigkeiten und Haltungen und ist „grundsätzlich körpergebunden“ (ebd., 55). Die Aneignung, also die Inkorporierung, kostet Zeit und Energie; das stellt ihre langfristige Knappheit sicher. Denn was die einen während ihrer Kindheit in ihren Familien gelernt – oder "nur so nebenbei mitbekommen" – haben, werden die anderen später nicht mehr nachholen können. Das „kulturelle Kapital wird hauptsächlich in der Familie weitergegeben, ... es hängt ... auch davon ab, wie viel nutzbare Zeit ... in der Herkunftsfamilie zur Verfügung steht, um die Weitergabe des Kulturkapitals zu ermöglichen ...“ (ebd., 72). Zum kulturellen Kapital in objektivierter Form gehören kulturelle Güter wie Bücher, Tonträger oder Gemälde. Sie sind prinzipiell übertragbar, aber auch ihre Aneignung erfordert, wie beim kulturellen Kapital im inkorporierten Zustand, Zeit. Unter kulturellem Kapital im institutionalisierten Zustand versteht Bourdieu staatlich anerkannte und in ihrer Anerkennung garantierte Abschlüsse und Titel, die, einmal erworben, ihren Träger vom Nachweis seines tatsächlich akkumulierten Kulturkapitals entlasten (ebd., 61).

Unter *sozialem Kapital* versteht Bourdieu die „Gesamtheit der aktuellen und potentiellen Ressourcen, die mit dem Besitz eines dauerhaften Netzes von mehr oder weniger institutionalisierten Beziehungen gegenseitigen Kennens oder Anerkennens verbunden sind“ (ebd., 63). "Der Umfang des Sozialkapitals, das der einzelne besitzt, hängt ... von der Ausdehnung des Netzes von Beziehungen ab, die er tatsächlich mobilisieren kann, als auch von dem Umfang des (ökonomischen, kulturellen oder symbolischen) Kapitals, das diejenigen besitzen, mit denen er in Beziehung steht" (ebd., 64). Dadurch erhält das Sozialkapital eine ähnliche Bedeutung wie ökonomisches Kapital: "... das Beziehungsnetz ist das Produkt [von] Investitionsstrategien, die bewusst oder unbewusst auf die Schaffung und Erhaltung von Sozialbeziehungen gerichtet sind, die früher oder später einen unmittelbaren Nutzen versprechen" (ebd., 65). Die Kapitalarten sind also Ressourcen, die der Einzelne für sich nutzt. Bourdieu betont, dass die verschiedenen Kapitalarten ineinander transformiert werden können, allerdings nur unter dem Aufwand von Transfor-

mationsarbeit. Diese Umwandelbarkeit interessiert ihn in erster Linie unter dem Aspekt von persönlichen "Investitionsstrategien" (vgl. Bourdieu, 1992, insbes. S. 52 und 65).

Gegenüber psychologischen Theorien nimmt er allerdings eine andere Perspektive ein: Es geht ihm darum aufzuzeigen, wie sich soziale Ungleichheiten verfestigen und in die nächste Generation weitergegeben werden. Die dabei ablaufenden Prozesse erfolgen hauptsächlich unbewusst. Bourdieu beschreibt diese Vorgänge allerdings nicht in (sozial)psychologischen Kategorien, sondern mit einer soziologischen Terminologie (vgl. Bourdieu, 1992; 1987; Bourdieu & Passeron, 1985). Insbesondere der Habitus-Begriff stellt eine Überführung einer psychologischen in eine soziologische Theorie dar (Zander, 2010).

Seine Theorie stellt auch insofern eine Besonderheit dar, als die subjektive Komponente über eine „gesellschaftliche bzw. vergesellschaftete Subjektivität“ in die Theorie eingeht. Welches kulturelle Kapital welchen Wert hat, also z. B. wie viel ein Studienabschluss eines bestimmten Faches wert ist oder wie ein bestimmter Habitus zu sehen ist, das ergibt sich erst aus einer Bewertung, die zwar subjektiv ist, allerdings auf einer gesellschaftlichen Ebene geklärt wird. Um solche Wertzuschreibung wird gekämpft und die Mächtigen haben mehr Chancen ihre Ansichten durchzusetzen.

## Ressourcentheorie nach Knecht

Die Ressourcentheorie von Knecht (2010; 2011; 2012b) lehnt sich zwar an die Kapitaltheorie Bourdieus an, erweitert sie aber um drei Aspekte: Sie betrachtet ein größeres Spektrum an Ressourcen, legt zweitens ein Hauptaugenmerk auf die Transformationen von Ressourcen in andere Ressourcen und verfügt drittens über einen sozialpolitischen Überbau, der aufzeigt, in welchem Maße die individuelle Ressourcenlage durch sozialpolitische Interventionen (mit)bestimmt ist. Knecht (2010, 70) versteht unter Ressourcen all das, „was ein Mensch einbringen kann um sein Überleben zu sichern und seine Ziele zu verfolgen“. Dementsprechend führt er – neben Einkommen, Bildung und sozialen Netzwerken als Äquivalente zu den bourdieuschen Kapitalarten – auch psychische Ressourcen, Gesundheit und Zeit als sozial ungleich verteilte Ressourcen ein. Unter psychischen Ressourcen versteht Knecht eine Zusammenfassung der (psychischen) Handlungsmöglichkeiten, die durch psychologische Konzepte wie Motivation, Selbstwertgefühl, interne Kontrollüberzeugungen, Selbstwirksamkeitserwartung, Kohärenzgefühl bzw. identitätsrelevante Ressourcen beschrieben werden (ebd., 247). Empirische Untersuchungen, z. B. aus der Armutsforschung und der Sozialepidemiologie zeigen, dass insbesondere auch psychischen Ressourcen und Gesundheit sozial ungleich verteilt sind.

Die Ausstattung mit verschiedenen Ressourcen korreliert stark, was mit der besonderen Bedeutung der Transformation zusammenhängt. So lassen sich Unterschiede in der Gesundheit – und allgemeiner: in den Gesundheitschancen und auch in der Lebenserwartung – statistisch nicht nur auf Einkommensunterschiede zurückführen, sondern auch auf Unterschiede in Bildung und den sozialen Netzwerken (Knecht, 2010, 96f.) Einkommen, Bildung und die soziale Netzwerke werden also in Gesundheit transformiert. Auch der Bezug zu einem biopsychosozialen Verständnis (z. B. Uexküll & Wesiack, 1986) unterstreicht die besondere Bedeutung der Transformationen: So können z. B. sozial verursachte Probleme (Arbeitslosigkeit, Hartz IV), psychische Folgen haben (Depressivität, Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls), was wiederum gesundheitliche Folgen mit sich bringen kann. Die Bedeutung einer Ressource für die Entwicklung und Generierung anderer Ressourcen bezeichnet Sen (2000, 51f., 94f.) als „funktional“, gegenüber der „intrinsischen“ Bedeutung, die eine Ressource für den Menschen selbst hat. Die funktionale Bedeutung

von Ressourcen ist es auch, die zu den oben beschriebenen „Verlustspiralen“ führt, die Hobfoll (1989, 511) beschrieben hat.

Über den Lebenslauf hinweg haben die verschiedenen Ressourcen unterschiedliche Bedeutung und Auswirkung. Bildungsunterschiede deuten darauf hin, dass die späteren Möglichkeiten der Einkommenserzielung bereits in den Kinderjahren beeinträchtigt werden können (Knecht, 2010, 274f.). Im mittleren Alter stellt hingegen Einkommen am ehesten einen Indikator für die Ausstattung mit weiteren Ressourcen dar. Insbesondere im gesundheitlichen Bereich haben fehlende oder unzureichende Ressourcen erhebliche negative Auswirkungen. Eine Anhäufung von (aktuellen oder chronischen) multiplen Belastungen im Lebensverlauf führt mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Eindrucksvoll ist das für schichtspezifische Belastungen bzw. für die schichtspezifische Kumulation von Belastungen nachgewiesen, die zu einer stark verkürzten Lebenserwartung benachteiligter sozialer Schichten führen.<sup>10</sup>

Gegenüber der bourdieuschen Kapitaltheorie unterscheidet sich die Ressourcentheorie nach Knecht noch in einem weiteren Punkt. Während Bourdieu die Bedeutung der Ressourcen als akkumulierbare Kapitalarten für den Erhalt sozialer Unterschiede in der Gesellschaft in den Vordergrund seiner Betrachtungen rückt, betont Knecht einen anderen Mechanismus: Der Staat bzw. Sozialstaat „teilt“ z. B. in Form von Bildungs-, Gesundheits- und Sozialpolitik verschiedenen Bevölkerungsgruppen unterschiedliche Ressourcen „zu“ und kann damit die Sozialstruktur und die soziale Schichtung der Gesellschaft beeinflussen. Damit hat er die Möglichkeit, Unterschiede in der Ressourcenausstattung (und genereller: soziale Unterschiede) zu beseitigen oder zu betonen. Auch wenn der Sozialstaat dabei häufig nach dem Matthäus-Prinzip verfährt („Wer hat, dem wird gegeben“), wirkt diese Ressourcentheorie des Sozialstaates weniger deterministisch als die Theorie der Kapitalarten von Bourdieu, weil sie die prinzipielle Beeinflussbarkeit der Ungleichheitsstrukturen offenlegt (siehe Knecht, 2012b).

Knecht (2012a; 2010) thematisiert auch den Zusammenhang der Ressourcentheorie zum Capability-Ansatz von Amartya Sen (z.B. 2000). Zum einen zeigt sich, dass beim Capability-Ansatz die Bedeutung der institutionellen Ebene diffus bleibt. Es werden zwar Bedingungen von Freiheit auf einer politischen Ebene festgelegt, aber die Bedeutung von (sozialpolitischen) Institutionen auf einer Meso-Ebene wird nicht diskutiert. Hier kann die Ressourcentheorie den Capability-Ansatz konkretisierten (Knecht, 2010; 2012a). Dies gilt aber auch für die Bedeutung von Gesundheit. Sen argumentiert teilweise auf der Grundlage von gesundheitlicher Ungleichheit und sozialepidemiologischen Daten, er betrachtet dabei aber nicht die zugrunde liegenden Mechanismen; sie stehen dafür in der Ressourcentheorie im Zentrum (Knecht, 2011; 2010). Insbesondere kann der Bezug zu einem bio-psycho-sozialen Weltbild und der Salutogenese hier mehr Klarheit schaffen (Schubert F.-C., 2012; Keupp, 2012; Knecht et al., 2014)

#### 4. Zusammenfassender Vergleich der Ressourcentheorien

Wenn die vorgestellten psychologischen Ressourcentheorien auch im Detail unterschiedliche Schwerpunktsetzungen haben, so basieren sie alle drei – in unterschiedlicher Ausdifferenzierung – auf einer vergleichbaren Hintergrundkonzeption, der transaktionalen Wechselbeziehung zwi-

---

<sup>10</sup> Zu schichtspezifischer Lebenserwartung siehe z. B. Sen 2000, Mielck 2000 und zum Zusammenhang von Ressourcen und Lebenserwartung z. B. Knecht, 2010, 74f.



schen Person und Umwelt (person-in-environment)<sup>11</sup>. Die in beiden Systemen Person und Umwelt enthaltenen Ressourcen sind gleichermaßen bedeutsam und beeinflussen sich wechselseitig mit förderlichen oder beeinträchtigenden Auswirkungen. Persönliche Ressourcen ermöglichen den Zugang zu Umweltressourcen, die ihrerseits wiederum Ressourcen der Person fördern oder beeinträchtigen können. Fehlende, unzureichend entwickelte oder nicht wahrgenommene Ressourcen beeinträchtigen den Zugang zu und die Nutzung von anderen Ressourcen in der Umwelt wie auch der eigenen Person. Zentrale Aussage der Modelle von Hobfoll (1989) und Becker (2006) ist, dass eine Bereitstellung oder Verfügbarkeit von Ressourcen bzw. eine Verbesserung der Zugänglichkeit von Ressourcen die Bedingungen sind für eine gelingende Lebensbewältigung und Gesundheitserhaltung. Allerdings reicht ihre Verfügbarkeit allein nicht aus. Es fehlen differenzierte Aussagen zum Ressourcenaustauschprozess und zur Aktivierung von Ressourcenpotenzialen, also Aussagen über die individuelle sowie interaktionelle Handhabung des Zuganges zu Ressourcen auf der Basis eines transaktionalen Person-Umwelt-Prozesses. Becker (2006) verweist ebenso wie Antonovsky (1987) darauf, dass Zugang, Handhabung und Nutzung von Umweltressourcen nur gelingen kann, wenn angemessene personale Ressourcen vorhanden sind. Aus den vorliegenden Theorien ist zu folgern, dass das Vorhandensein und die angemessene Aktivierung von individuellen Ressourcen bedeutsame, wenn nicht sogar zentrale Voraussetzungen zur Handhabung von Ressourcen im Sinne von Bourdieus Kapitalarten wie auch zur Bewältigung von Ressourcenbedrohung oder von (internen und externen) Anforderungen sind. Von ausschlaggebender Bedeutung sind dabei die Ressource Bildung und solche psychischen Ressourcen, die vornehmlich über positiv verlaufende Sozialisations- und Erziehungsprozesse vermittelt werden (Klemenz, 2012). Darüber hinaus ist davon auszugehen, dass den kulturellen und individuellen Werten eine wichtige Moderatorfunktion bei der Ressourcenhandhabung zukommt.

In gewisser Hinsicht haben die Theorien von Hobfoll (1989) und Becker (2006) eine vergleichbare theoretische Ausgangsbasis, einen allgemeinen Stress-Bewältigungsansatz, aus dem sie ihre spezifische Ressourcentheorie ableiten. Das individuelle Erleben von Belastung und Stress resultiert unter anderem aus der Wahrnehmung von Umweltereignissen. Diese sind bei Hobfoll mit der Wahrnehmung von Ressourcenbedrohung assoziiert, bei Becker mit der Wahrnehmung belastender Anforderungen. Nach beiden Konzepten müssen Ressourcen zur Bewältigung eingesetzt werden. Eine nötige konzeptionelle Erweiterung und Differenzierung bringt Becker, indem er auch die internalen (individuellen) Anforderungen gleichrangig ins Blickfeld rückt und darüber hinaus den Austausch von Anforderungen und Ressourcen auf den verschiedenen Person-Umwelt-Systemebenen ausformuliert. Eine einfachere Konzeption findet sich bei Foa und Foa (1976; 1980): Belastungen entstehen durch das nicht erfüllte Bedürfnis nach bzw. die Nicht-Verfügbarkeit von Ressourcen, durch Ressourcenverluste und durch Diskrepanzen in den ausgetauschten Ressourcenklassen.

Weiterhin formulieren alle drei psychologischen Theorien die große Bedeutung, die der (sozial-ökologische) Sozialisationsprozess und das soziale und kulturelle Umfeld für die Ressourcenhaltung und -bewertung, für Ressourcenaustausch und die Art der Ressourcennutzung haben. Umgekehrt wird von Foa und Foa sowie von Hobfoll zum Ausdruck gebracht, dass ein gestörter Sozialisationsprozess die Fähigkeiten zur Wahrnehmung, Unterscheidung und Wert-

---

<sup>11</sup> Umwelt ist hierbei in einem sozialökologischen Sinne zu verstehen, als zwischenmenschliche und soziale, kulturelle, sozialpolitische, sozioökonomische, rechtlich-institutionelle, physikalisch-technische und biologische Umwelt.

schätzung von Ressourcen beeinträchtigt. Dieser Aspekt wird in dem SAR-Modell von Becker, auf der Basis der Forschungen von Grawe (2004), dezidiert verfolgt.

Interessant ist die unterschiedliche Verarbeitung des Faktors Zeit. Obwohl Foa und Foa erkennen, dass Zeit den Austausch von Ressourcen ermöglicht, benennen sie Zeit nicht als eigene Ressource. Bei Hobfoll ist Zeit hingegen eine wichtige Ressource, die nötig ist, um Ressourcen zu vermehren, Ressourcenbedrohung abzuwehren und eingetretene Verluste wieder auszugleichen.

Die Kapitaltheorie Bourdieus (1992) betrachtet als Ressourcen lediglich die drei Kapitalarten ökonomisches, kulturelles und soziales Kapital, wobei das kulturelle Kapital in drei Formen vorliegt. Diese Kategorisierung korrespondiert mit seinem Interesse, Ressourcen auf ihre Verwertbarkeit als Statuskategorie zu betrachten. Psychologische Kategorien werden bei Bourdieu als inkorporiertes kulturelles Kapital bzw. als Habitus thematisiert (Zander 2010, El-Mafaalani & Wirtz, 2011). Die Ressourcentheorie von Knecht (2010) erweitert die bourdieuschen Kategorien um die drei Kategorien psychisches Kapital, Gesundheit und Zeit. Auch hier steht die Ungleichverteilung dieser Ressourcen im Vordergrund. Knecht betont, dass auch diese zusätzlichen Ressourcen in andere Ressourcen transformiert werden können: Die Betrachtung des erweiterten Ressourcenspektrums erlaubt es also, weitere Mechanismen der Aufrechterhaltung sozialer Ungleichheit zu untersuchen. Die Einbeziehung von Gesundheit ermöglicht zudem, die Erkenntnisse der Sozialepidemiologie und der Public-Health-Forschung zu integrieren und somit auch die Funktionsweise und Bedeutung von Gesundheitsförderung und Prävention zu thematisieren. Im Fokus der Theorie steht der Sozialstaat als Ressourcenspender (Knecht, 2010; 2012).

Die vorgestellten psychologischen und soziologischen Theorien erweisen sich als sehr unterschiedlich in der Betrachtung und Erfassung von Ressourcen. In deutlicher Abhebung zur individuumorientierten Ausrichtung, wie sie in der Psychologie zumeist anzutreffen ist (Keupp, 2003, 556f.), sind die hier vorgestellten Ansätze stringent auf die wechselseitigen (transaktionalen bzw. systemischen) Beziehungen von Person und (zumeist sozialer) Umwelt und deren Auswirkungen auf Ressourcenerhalt und Belastungsbewältigung ausgerichtet. Die soziologischen Ansätze stellen die strukturelle Ungleichverteilung von Ressourcen auf der Makroebene in den Vordergrund, wohingegen diese Perspektive in den psychologischen Ressourcentheorien nicht oder nur ansatzweise (vgl. die COR-Theorie von Hobfoll, 1989) aufgenommen wird. Aus der Makro-Perspektive der soziologischen Theorien vernachlässigen sie die Bedeutung der unterschiedlichen Ausstattung mit individuellen Ressourcen, wie z. B. genetische bzw. dispositionelle Konstitution, Intelligenz, Selbstbild und -wertschätzung, Optimismus, Wirksamkeitsüberzeugung u. a. Auch die sozial ungleiche Verteilung von belastenden Ereignissen, von Belastungserleben und der Ressourcenhandhabung zur Belastungsbewältigung (Coping) wird in den psychologischen Theorien von Hobfoll und von Becker wesentlich differenzierter ausformuliert und verfolgt.<sup>12</sup> Der Austausch mit anderen Menschen wird in den soziologischen Theorien von Bourdieu und von Knecht relativ abstrakt in Form des sozialen Kapitals und weniger in Kategorien der individuellen, zwischenmenschlichen oder umweltbezogenen Wahrnehmung und des darauf bezogenen Erlebens und Verhaltens thematisiert. Bei beiden Theorien gilt das soziale Kapital, das eigentlich eine zwischenmenschliche Kategorie darstellt, als relativ problemlos den einzelnen Individuen zuteilbar bzw. zuschreibbar. Gerade im Hinblick auf die oben geführte Diskussion über

---

<sup>12</sup> Die Belastungen werden soziologisch gleichsam an den geringeren Ressourcen gemessen bzw. sie gehen in die Kategorie "Umwelt" ein. Ein soziologisches Konzept, das insbesondere die Belastungen thematisiert ist das der Vulnerabilität (siehe z. B. Knecht, 2014).

die Bedeutung persönlicher Ressourcen für Austausch, Nutzung und Handhabung von Ressourcen, erscheint in Bourdieus Theorie dieser Aspekt zu wenig berücksichtigt bzw. – gegenüber den strukturellen Zusammenhängen – ausgeblendet. In der Kapitaltheorie von Bourdieu wird Ungleichheit (z. B. auch die der Fähigkeiten und Entwicklungschancen) nicht auf die Person, sondern letztlich immer wieder auf soziologische Kategorien, auf äußere Gegebenheiten und auf politische und gesellschaftliche Prozesse zurückgeführt, die diese Ungleichverteilung wiederum aufrechterhalten. Das komplexe interaktive Zusammenspiel aus Ressourcengegebenheiten, Ressourcenwahrnehmung und -handhabung von Person und Umwelt (Ressourcentransformation und Ressourcentransaktion) wird allenfalls unter dem Aspekt der Transformationsarbeit und der enthaltenen „Investitionsstrategien“ fokussiert.

Andererseits würden die psycho-sozialen Ressourcentheorien durch die Einbeziehung von Aspekten der sozialen Ungleichheit eine dem Gegenstand angemessene Erweiterung erfahren, z. B. indem sie den ungleichen Zugang zu Umweltressourcen (Eigentum, Bildung) als eine Ursache für die ungleiche Ausstattung mit psychischen Ressourcen untersucht und anerkennt. Auch soziale Unterstützung, die sich Menschen gegenseitig zukommen lassen, ist in vielerlei Hinsicht vom sozialen Stand der helfenden Person und von ihren sozialen Netzwerken abhängig. Diesen Zusammenhang hat Bourdieu thematisiert und er ist mittlerweile durch die Netzwerkforschung vielfach bestätigt worden (z.B. Gross & Jungbauer-Gans, 2012; Straus, 2012). Die strukturell ungleich verteilten Chancen und Möglichkeiten, individuelle Ressourcen zu entwickeln, diskutiert Keupp (2003; 2012; Keupp et al., 2006) unter dem Aspekt der Identitätsentwicklung und den sozialen Bedingungen für die Entwicklung von Identitätskapital. In den Standardwerken der Psychologie (mit Ausnahmen einiger Teildisziplinen wie der Gemeindepsychologie, der entwicklungspsychologischen Lebenslaufforschung und z. T. der Pädagogischen Psychologie) sind die strukturell ungleichverteilten Chancen menschlicher Entwicklung und Lebensführung erstaunlicherweise nur wenig rezipiert. Sie bilden hingegen in der transdisziplinär angelegten Sozialen Arbeit ein wichtiges theoretisches und zugleich praxisrelevantes Fundament.

## Literatur

- Antonovsky, A. (1987): *Unraveling the mystery of health. How people manage stress and stay well*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1990): Personality and health: Testing the sense of coherence model. In: Friedman, H. S. (Hrsg.): *Personality and disease*. S. 155–177. New York: Wiley.
- Antonovsky, A. (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. (dt., erweiterte Ausgabe von Franke, A.). Tübingen: dgvt.
- Becker, P. (1998): Die Salutogenesetheorie von Antonovsky: eine wirklich neue, empirisch abgesicherte, zukunftsweisende Perspektive? In: Margraf, J., Siegrist, J. & Neumer, S. (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*. S. 13–25. Berlin: Springer.
- Becker, P. (2006): *Gesundheit durch Bedürfnisbefriedigung*. Göttingen: Hogrefe.
- Bourdieu, P. (1987): *Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft*. Frankfurt/M. Suhrkamp.
- Bourdieu, P. (1992): Ökonomisches Kapital – Kulturelles Kapital – Soziales Kapital. In: ders.: *Die verborgenen Mechanismen der Macht*. Schriften zu Politik & Kultur, Bd. 1. S. 49–79. Hamburg: VSA (Zuerst 1983 erschienen: Ökonomisches Kapital, kulturelles Kapital, soziales Kapital. In: Kreckel, R. (Hrsg.): *Soziale Ungleichheit*. S. 183–198. Göttingen: Schwartz).

- Brandstätter, J., Meiniger, C. & Gräser, H. (2003): Handlungs- und Sinnressourcen: Entwicklungsmuster und protektive Effekte. *Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie*, 35(1), S. 49–58.
- Buchwald, P. (2004): Verschiedene theoretische Modelle gemeinsamer Stressbewältigung. In: Buchwald, P., Schwarzer, C. & Hobfoll, S. E. (Hrsg.): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multi-axiales Coping*. S. 27–42. Göttingen: Hogrefe.
- Buchwald, P., Schwarzer, C. & Hobfoll, S. E. (Hrsg.) (2004): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multi-axiales Coping*. Göttingen: Hogrefe.
- Bünder, P. (2002): *Geld oder Liebe? Verheißungen und Täuschungen der Ressourcenorientierung in der sozialen Arbeit*. Münster: LIT.
- Diener, E. & Fuijita, F. (1995): Resources, personal strivings, and subjective wellbeing: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, S. 926–935.
- Drilling, (2012): Young Urban Poor: Ressourcenausstattung und Tauschbedingungen im transformierenden Wohlfahrtsstaat. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 157–171
- El-Mafaalani, A. & Wirtz, S. (2011): Wie viel Psychologie steckt im Habitusbegriff? Pierre Bourdieu und die "verstehende Psychologie". *Journal für Psychologie*, Jg. 19 (2011), 1. Online: <https://www.journal-fuer-psychologie.de/index.php/jfp/article/view/22> (Aufruf: 3.2.2017).
- Eppel, H. (2007): *Stress als Risiko und Chance. Grundlagen von Belastung, Bewältigung und Ressourcen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Feger, H. & Auhagen, A. E. (1987): Unterstützende soziale Netzwerke: Sozialpsychologische Perspektiven. *Zeitschrift für Klinische Psychologie*, 16, S. 353–367.
- Fengler, Janne & Fengler, Jörg (2012): Förderung der Ressource Bildung in der Sozialen Arbeit. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 238–251
- Flückiger, C. & Wüsten, G. (2008): *Ressourcenaktivierung. Ein Manual für die Praxis*. Göttingen: Hans Huber.
- Foa, U. G. & Foa, E. B. (1976): Resource theory of social exchange. In: Thibaut, J. W., Spence, J. T. & Carson, R. C. (Hrsg.): *Contemporary topics in Social Psychology*. Morristown, N. J.: General Learning Press.
- Foa, E. B. & Foa, U. G. (1980): Resource Theory: Interpersonal Behavior as Exchange. In: Gergen, K. J. & Greenberg, M. S. & Willis, R. H. (Hrsg.): *Social Exchange: Advances in Theory and Research*. Plenum, New York. S. 7–94.
- Foa, U. G., Converse Jr., J., Törnblom, K. Y. & Foa, Edna B. (Hrsg.) (1993): *Resource theory: Explorations and applications*. San Diego u. a.: Academic Press.
- Foa, E. B. & Kozak, M. J. (1986): Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99, S. 20–35.
- Graf, B. (1868): *Zeitgemäße Betrachtungen. Vortrag, gehalten im Wiener geselligen Vereine (Ressource)*. Wien und Gran.
- Grawe, K. (1998): *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004): *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Gross, C. & Jungbauer-Gans, M. (2012): Sozialkapital als individuelle Ressource und Produkt gesellschaftlicher Rahmenbedingungen. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 117–131
- Gutscher, H., Hornung, R. & Flury-Kleubler (1998): Das Transaktionspotentialmodell: Eine Brücke zwischen salutogenetischer und pathogenetischer Sichtweise. In: Margraf, J., Siegrist, J. & Neumer, S. (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*. S. 49–72. Berlin: Springer.
- Hanesch, W. (2012): Ressourcenorientierung in der Armutsforschung – Perspektiven zu Familien- und Kinderarmut. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 146–156
- Herriger, N. (2006): *Empowerment in der Sozialen Arbeit*. (3., erw. und aktual. Ausgabe). Stuttgart: Kohlhammer.
- Hobfoll, S. E. (1988): *The ecology of stress*. Washington, D.C.: Hemisphere.
- Hobfoll, S. E. (1989): Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44, S. 513–524.
- Hobfoll, S. E. (1998): *Stress, culture, and community*. New York: Plenum Press.

- Hobfoll, S. E. & Buchwald, P. (2004): Die Theorie der Ressourcenerhaltung und das multiaxiale Copingmodell – eine innovative Stresstheorie. In: Buchwald, P., Schwarzer, C. & Hobfoll, S. E. (Hrsg.): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping*. S. 11–26. Göttingen: Hogrefe.
- Hobfoll, S. E., Hall, B. J., Canetti Nisim, D., Galea, S., Johnson, R. J., & Palmieri, P. A. (2007): Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 56(3), S. 345–366.
- Hobfoll, S. E. & Lilly, R.S. (1993): Resource conservation as a strategy for community psychology. *Journal of Community Psychology*, 21(2), S. 128–148.
- Hobfoll, S. E. & Schumm, J. A. (2004): Die Theorie der Ressourcenerhaltung: Anwendung auf die öffentliche Gesundheitsförderung. In: Buchwald, P., Schwarzer, C. & Hobfoll, S. E. (Hrsg.): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping*. S. 91–120. Göttingen: Hogrefe.
- Jasmund, Christina & Krus, Astrid (2012): Ressourcenorientierte Erziehung und Bildung zur Bewältigung von Transitionen im Elementarbereich. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 252–263
- Jerusalem, M. (1990): *Persönliche Ressourcen, Vulnerabilität und Streßerleben*. Göttingen: Hogrefe.
- Keupp, H. (2003): Ressourcen als gesellschaftlich ungleich verteiltes Handlungspotential. In: Schemmel, H. & Schaller, J. (Hrsg.) (2003): *Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit*. S. 555–573. Tübingen: dgvt.
- Keupp, H. (2012): Verwirklichungschancen und Identitätskapital als Bedingungen und Folgen der Handlungsfähigkeit: Eine salutogenetische Perspektive. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 42–60
- Keupp, H., Ahbe, T., Gmür, W., Höfer, R., Mitzscherlich, B., Kraus, W. & Straus, F. (2006): *Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne*. (3. Aufl.). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- King, D. W., King, L. A., Foy, D. W., Keane, T. M. & Fairbank, J. A. (1999): Posttraumatic stress disorder in a national sample of female and male Vietnam veterans: Risk Factors, War-zone stressors, and resilience-recovery variables. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, S. 164–170.
- Klemenz, B. (2009): *Ressourcenorientierte Psychologie. Ermutigende Beiträge einer menschenfreundlichen Wissenschaft*. Tübingen: dgvt.
- Klemenz, B. (2012): Ressourcenorientierte Erziehung. Ein grundbedürfnisorientiertes Erziehungsmodell. In: *Knecht & Schubert (2012)*, 264–277.
- Knecht, A. (2010): *Lebensqualität produzieren. Ressourcentheorie und Machtanalyse des Wohlfahrtsstaats*. Wiesbaden: VS.
- Knecht, A. (2011): Befähigungsstaat und Frühförderstaat als Leitbilder des 21. Jahrhunderts. Sozialpolitik mittels der Ressourcentheorie analysieren und gestalten. *Wirtschaft und Gesellschaft* (Wien), 37. Jg., H. 4 (Dez.), S. 589–611. Online: [http://wug.akwien.at/WUG\\_Archiv/2011\\_37\\_4/2011\\_37\\_4\\_0589.pdf](http://wug.akwien.at/WUG_Archiv/2011_37_4/2011_37_4_0589.pdf)
- Knecht, A. (2012a): Ressourcentheoretische Erweiterungen des Capability-Ansatzes von Amartya Sen. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 61–74
- Knecht, A. (2012b): Ressourcenzuteilung im Wohlfahrtsstaat – Sozialpolitische Perspektiven. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 75–88
- Knecht, A. (2012c): Understanding and Fighting Poverty – Amartya Sen's Capability Approach and Related Theories. In: *Social Change Review*, 10. Jg., H. 2, S. 153–176. Online: [http://www.degruyter.com/dg/viewarticle.fullcontentlink:pdfeventlink/\\$002fj\\$002fscr.2012.10.issue-2\\$002fscr-2013-0016\\$002fscr-2013-0016.pdf?t:ac=j\\$002fscr.2012.10.issue-2\\$002fscr-2013-0016\\$002fscr-2013-0016.xml](http://www.degruyter.com/dg/viewarticle.fullcontentlink:pdfeventlink/$002fj$002fscr.2012.10.issue-2$002fscr-2013-0016$002fscr-2013-0016.pdf?t:ac=j$002fscr.2012.10.issue-2$002fscr-2013-0016$002fscr-2013-0016.xml)
- Knecht, A. (2014): Das Konzept Verwundbarkeit – eine Theorie für die Probleme von morgen? Goethe-Institut, Bereich "Kultur und Klimawandel". In: Ebert, J. / Zell, A. (Hrsg.): *Klima Kunst Kultur. Der Klimawandel in Kunst und Kulturwissenschaften*. Göttingen: Steidl-Verlag. S. 35–36. Online: [www.goethe.de/ges/umw/prj/kuk/the/kul/de6332210.htm](http://www.goethe.de/ges/umw/prj/kuk/the/kul/de6332210.htm) (Aufruf: 23.5.2014).
- Knecht, A. & Schubert, F.-C. (2012): *Ressourcen im Sozialstaat und in der Sozialen Arbeit. Zuteilung – Förderung – Aktivierung*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Knecht, A.; Schubert, F.-C., Gahleitner, S.; Glemser, R.; Klevenow, G.-H. & Röh, D. (2014): Mit Ressourcenansätzen soziale Welten verstehen und Veränderungen aktivieren. In: Kötting, M.; Borrmann, S.; Effin-

- ger, H. et al. (Hrsg.): *Wahrnehmen, analysieren, intervenieren. Zugänge zu sozialen Wirklichkeiten in der Sozialen Arbeit*. Reihe: Theorie, Forschung und Praxis der Sozialen Arbeit, Bd. 9. Opladen: Barbara Budrich. S. 107–117
- Kupsch, M. (2006): *Vereinbarkeit von Familien und Beruf in Europa*. Hamburg: Dr. Kovac.
- Lane, C. & Hobfoll, S. E. (1992): How loss affects anger and alienates potential supporters. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, S. 935–942.
- Lazarus, R. S. (1990): Stress, coping and illness. In: Friedman, H. S. (Hrsg.): *Personality and disease*. S. 97–120. New York: Wiley.
- Lazarus, R. S. (1995): Streß und Streßbewältigung – Ein Paradigma. In: Filipp, S.-H. (Hrsg.): *Kritische Lebensereignisse*. (2. Aufl.). S. 198–232. Weinheim: PVU.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984): *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Nestmann, F. (1996): Psychosoziale Beratung – ein ressourcentheoretischer Entwurf. *Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis*, 28(3), S. 359–376.
- Oelkers, J. (2010): „Ich sehe was“. *Den Blick auf Stärken richten – Ressourcenorientierung in der Jugendarbeit*. Unveröffentl. Bachelorarbeit am Fachbereich Sozialwesen der Hochschule Niederrhein, Mönchengladbach.
- Olsen, D. H. & Stewart, K. L. (1991): Family systems and health behaviors. In: Schroeder (Hrsg.): *New directions in health psychology assessment*. S. 27–64. New York: Hemisphere.
- Petermann, F. & Schmidt, M. H. (2006): Ressourcen – ein Grundbegriff der Entwicklungspsychologie und Entwicklungspsychopathologie? *Kindheit und Entwicklung*, 15(2), S. 118–127.
- Pfeiffer, W. (1989): *Etymologisches Lexikon des Deutschen*. Berlin: dtv.
- Robert, P. (Hrsg.) (1986): *Le Petit Robert 1*. Paris: Dictionnaires Le Robert.
- Schemmel, H & Schaller, J. (Hrsg.) (2003): *Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit*. Tübingen: dgvt.
- Schaller, J. & Schemmel, H. (Hrsg.) (2013): *Ressourcen... Ein Hand- und Lesebuch zur psychotherapeutischen Arbeit*. (2. erw. und überarb. Aufl.). Tübingen: dgvt.
- Schiepek, G. & Cremers, S. (2003): Ressourcenorientierung und Ressourcendiagnostik in der Psychotherapie. In: Schemmel, H. & Schaller, J. (Hrsg.) (2003): *Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit*. S. 147–193. Tübingen: dgvt.
- Schubert, F.-C. (2009): Lebensführung als Balance zwischen Belastung und Bewältigung – Beiträge aus der Gesundheitsforschung zu einer psychosozialen Beratung. In: Schubert, F.-C. & Busch, H. (Hrsg.): *Lebensorientierung und Beratung*. Schriften des Fachbereiches Sozialwesen, Band 39. (2. Aufl.). S. 137–213. Mönchengladbach: Hochschule Niederrhein.
- Schubert, F.-C. (2013): Sozialökologische Beratung. In: Nestmann, F., Engel, F. & Sickendick, U. (Hrsg.): *Das Handbuch der Beratung, Band 3: Neue Beratungswelten: Fortschritte und Kontroversen*. S. 1483–1505. Tübingen: dgvt.
- Schubert, F.-C. (2012): Psychische Ressourcen – Zentrale Konstrukte in der Ressourcendiskussion. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 205–223.
- Schubert, I. (2012): Wohlbefinden im Alter – Ressourcen zum Umgang mit Lebensveränderungen. In: *Knecht & Schubert (2012)*, S. 335–347.
- Schwarzer, C., Starke, D. & Buchwald, P. (2004): Die Diagnose multiaxialer Stressbewältigung mit dem Multiaxialen Stressbewältigungsinventar (SBI). In: Buchwald, P., Schwarzer, C. & Hobfoll, S. E. (Hrsg.): *Stress gemeinsam bewältigen. Ressourcenmanagement und multiaxiales Coping*. S. 60–73. Göttingen: Hogrefe.
- Sen, A. (2000): *Ökonomie für den Menschen. Wege zu Gerechtigkeit und Solidarität in der Marktwirtschaft*. München: Hanser.
- Siegrist, J. (1998): Berufliche Gratifikationskrisen und Gesundheit – ein soziogenetisches Modell mit differenziellen Erklärungschancen. In: Margraf, J., Siegrist, J. & Neumer, S. (Hrsg.): *Gesundheits- oder Krankheitstheorie? Saluto- versus pathogenetische Ansätze im Gesundheitswesen*. S. 225–235. Berlin: Springer.

- Smith, E. & Grawe, K. (2003): Die funktionale Rolle von Ressourcenaktivierung für therapeutische Veränderungen. In: Schemmel, H. & Schaller, J. (Hrsg.) (2003): *Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit*. S. 111–122. Tübingen: dgvt.
- Stangl, W. (1989): *Die Psychologie im Diskurs des Radikalen Konstruktivismus*. Braunschweig: Friedrich Vieweg & Sohn.
- Stangl, W. (1993): Personality and the structure of resource preferences. *Journal of Economic Psychology*, 14(1), S. 1–15.
- Starke, D. (2000): *Kognitive, emotionale und soziale Aspekte menschlicher Problembewältigung. Ein Beitrag zur aktuellen Stressforschung*. Münster u. a.: LIT.
- Straus, F. (2012): Netzwerkarbeit: Förderung sozialer Ressourcen. In: Knecht & Schubert (2012), S. 224–237
- Uexküll, T., van & Wesiack, W. (1986): Wissenschaftstheorie und Psychosomatische Medizin, ein bio-psycho-soziales Modell. In: Adler, R., Herrmann, H., Köhle, K., Schonecke, O. W., Uexküll, T. v. & Wesiack, W. (Hrsg.): *Psychosomatische Medizin*. (3., Neubearb. u. erw. Aufl.). S. 1–30. München: Urban & Schwarzenberg.
- Wells, J., Hobfoll, S. E. & Lavin, J. (1999): Resource lost, resource gain, and communal coping during pregnancy among women with multiple roles. *Psychology of Women Quarterly*, 21(4), S. 645–662.
- Wendt, W. R. (2010): Das ökosoziale Prinzip. Soziale Arbeit, ökologisch verstanden. Freiburg / Brsg.: Lambertus.
- Werner, J. & Nestmann, F. (2012): Ressourcenorientierte Beratung. In: Knecht & Schubert (2012), S. 292–305
- Willutzki, U. (2003): Ressourcen: Einige Bemerkungen zur Begriffsklärung. In: Schemmel, H. & Schaller, J. (Hrsg.) (2003): *Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit*. S. 91–109. Tübingen: dgvt.
- Willutzki, U. (2008): Klinische Ressourcendiagnostik. In: Röhrle, B., Caspar, F. & Schlottke, P. F. (Hrsg.): *Lehrbuch der klinisch-psychologischen Diagnostik*. S. 251–272. Stuttgart: Kohlhammer.
- Wüsten, G. & Schmid, H. (2012): Ressourcenaktivierung. In: Knecht & Schubert (2012), S. 306–312.
- Zander, Michael (2010): Im Schutz der Unbewusstheit. Ansätze zu einer psychologischen Fundierung des Habitusbegriffs im Werk Pierre Bourdieus. *Journal für Psychologie*, 18(1). Online: <https://www.journal-fuer-psychologie.de/index.php/jfp/article/view/171/169> (Aufruf vom 3.2.2017).

Prof. Dr. Franz-Christian Schubert

Emeritus am Fachbereich Sozialwesen der Hochschule Niederrhein (University of Applied Sciences), Krefeld/Mönchengladbach  
fc.schubert@t-online.de

Dr. Alban Knecht

Wissenschaftlicher Mitarbeiter der Johannes-Kepler-Universität, Linz  
[www.albanknecht.de](http://www.albanknecht.de)  
aknecht@albanknecht.de